



**PERAN GURU BK DALAM MENGURANGI KEJENUHAN SISWA SAAT
BELAJAR MELALUI *ICE BREAKING* DI MAN 3 MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
untuk Mencapai, Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

OLEH:

MAHRITA INDAH SARI

NIM. 33.15.4.197

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2019



**PERAN GURU BK DALAM MENGURANGI KEJENUHAN SISWA SAAT
BELAJAR MELALUI *ICE BREAKING* DI MAN 3 MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
untuk Mencapai, Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

OLEH:

MAHRITA INDAH SARI
NIM. 33.15.4.197

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II

Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 19551010 198803 1 002

Drs. Khairuddin, M.Ag
NIP.19640706 201411 1 001

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2019**

Nomor : Istimewah

Lampiran : -

Perihal : Skripsi

Medan, Oktober 2019

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Ilmu

Tarbiyah Dan Keguruan

UIN Sumatera Utara

Medan

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, menulis dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara:

Nama : Mahrita Indah Sari

Nim : 33154197

Jurusan/Program study :BKI/SI

Judul Skripsi :Peran Puru BK Dalam Mengurangi Kejenuhan
Siswa Saat Belajar Melalui *ice breaking* di
MAN 3 Medan

Maka kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk dimunaqasahkan pada sidang munaqasah Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Sumatera Utara. Dengan surat ini kami sampaikan, atas perhatian saudara kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alikum Wr

Pembimbing I

Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 19551010 198803 1 002

Pembimbing II

Drs. Khairuddin, M.Ag
NIP. 19640706 201411 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mahrita Indah Sari
NIM : 33154197
Fakultas/Jurusan : FITK/ Bimbingan Dan Konseling Islam
**Judul Skripsi : Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam
Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui
Ice Breaking di MAN 3 MEDAN**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini adalah plagiat/jiplakan. Saya bersedia menerima segala konsekuensinya bila pernyataan ini tidak benar.

Medan, Oktober 2019

Penulis

Mahrita Indah Sari
NIM: 33.15.4.197

ABSTRAK



Nama : Mahrita Indah Sari
NIM : 33154197
Judul : Peran Guru BK Dalam Mengurangi
Kejenuhan siswa Saat Belajar Melalui *Ice*
Breaking Di MAN 3 Medan
Pembimbing I : Dr. Tarmizi, M.Pd
Pembimbing II: Drs. Khairuddin, M.Ag
TTL : Riau, 09 November 1996

Kata Kunci : Peran Guru BK, Kejenuhan belajar, *ice breaking*

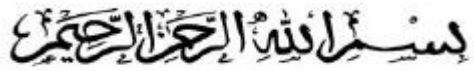
Penelitian tentang Peran Guru BK Dalam Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui *Ice Breaking*. Latar belakang penelitian ini adalah masih banyaknya siswa yang mengalami kejenuhan saat belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar dan untuk mengetahui bagaimana peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan. Dengan batasan rumusan masalah yakni apakah dengan *ice breaking* kejenuhan siswa saat belajar bisa berkurang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Subyek penelitiannya adalah guru bimbingan dan konseling dan 3 (tiga) siswa. Metode pengumpulan data yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, diperoleh hasil bahwa peran guru Bimbingan dan Konseling yang sudah dilakukan tersebut dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar adalah diterapkannya *ice breaking*. Kegiatan bimbingan dan konseling yang dilakukan guru pembimbing dan konseling berdampak. Hal ini terlihat dari semangat belajar siswa di MAN 3 Medan.

Diketahui oleh,
Pembimbing Skripsi I

Dr. Tarmizi, M.Pd
NIP. 19551010 198803 1 002

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa menganugerahkan Nikmat, Taufik, dan Hidayah-Nya hanya karena rahmat dan ridhonya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat dan salam ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa Risalah Islam sebagai pedoman untuk meraih keselamatan hidup di dunia dan di akhirat nanti.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan pengalaman yang tak terlupakankarena mengalami berbagai hambatan serta bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Bimbingan dan dukungan yang penulis terima menjadikan suatu motivasi tersendiri guna menyelesaikan syarat untuk memperoleh gelar strata satu (S1) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UIN-SU) Medan. Skripsi ini berisikan hasil penelitian yang berjudul **“Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui *Ice Breaking*”**.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis ucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang membimbing, membantu dan memotivasi dalam hal

penyusunan dan penulisan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Terima kasih yang tiada tara untuk orang tuatunggalutercinta

Hj. TaramPasaribu, yang telah banyak berjuang dan berkorbansendirian demi mendidik dan sehingga dapat menjadikan saya seperti sekarang, memberikan motivasi tentang begitu berartinya kerja keras tanpa kenal rasa keluh dan kesah. Memberikan perhatian, mendo'akan mndukung moral ataupun material selama ini dan memberikan semangat yang begitu berarti selama penulisan skripsi ini.

2. **Bapak Prof. Dr. Saidurrahman, M.Ag** selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
3. **Bapak Dr. H. Amiruddin Siahaan, M. Pd** selaku dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan, dan seluruh Wakil Dekan I, II dan III.
4. **Bunda Dr.Hj. Ira Suryani, M.Si** Selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan.
5. Terima kasih kepada **Bapak Dr.Tarmizi, M.Pd** selaku dosen pembimbing Skripsi I dan **Bapak Drs. Khairuddin, M.Ag** selaku dosen pembimbing II, yang sangat banyak memberikan ilmu dan membimbing saya dalam penulisan skripsi ini, membeikan banyak masukan, perbaikan-perbaikan, serta motivasi yang terus mendorong penulis dalam penyusunan skripsi ini.

6. Kepada seluruh Staf Prodi Bimbingan dan Konseling Islam yang selalu memberikan informasi dan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan persyaratan administrasi perkuliahan sampai sampai selesai, dan para Dosen-Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan yang memberikan ilmunya seta mendidik penulis.
7. **Ibu Nur Klolidah S.Pdi, M.Pd** selaku Kepala MAN 3 Medan, beserta Wakil Kepala Madrasah, Sekretaris, Tata Usaha dan kepada seluruh dewan Guru terkhusus guru bimbingan dan konseling dan siswa-siswi MAN 3 Model Medan yang telah bersusah payah meluangkan katunya dalam memberikan informasi dan data yang penulis perlukan selama melakukan penelitian, semoga Allah SWT membalas jasa mereka.
8. Terima kasih kepada keluarga Bimbingan dan Konseling Islam Stambuk 2015, terkhusus Kelas BKI-1 UIN-SU
9. Thankyou for everything kakakku tersayang **Sahrina, S.Pd** yang selalu memberikan motivasi agar selalu semangat dalam menyelesaikan skripsi ini, yang menemani dari awal perjuangan ini.
10. Terimakasih buat satu-satunya abangda kandung tersayang **Defri Syahputra**, dan kakak-kakak kandung terkasihku **Siti Fatimah, dan Dewi Sartika**.
11. Terima kasih keluarga besar tercinta kos Bhayangkara, **Riska Dayana, Ade Rahman, Yuni Nasution, Uly Andri Raya, IntanKhairiyyah**, sahabat seperjuangan dan seataap, dan semoga kita menjadi sahabat dunia dan akhirat.

Semoga Allah SWT senantiasa membalsa semua kebaikan dari pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari banyak kekurangan dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini, untuk itu dengan kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga penelitian ini berguna bagi pembaca, dunia pendidikan serta bagi penulis sendiri.

Amin Yaa Rabbal 'Alamin.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Medan,Oktober 2019

Penulis

Mahrita Indah Sari
NIM. 33.15.4.197

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	8
A. Kajian Pustaka.....	8
1. Peran Guru BK.....	8
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	8
b. Pengertian Guru BK.....	10
c. Tugas Guru BK	11
2. Kejenuhan Belajar	11
a. Pengertian Kejenuhan Belajar.....	11
b. Aspek Kejenuhan Belajar.....	13
c. Karakteristik Kejenuhan Belajar	14

d. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar	15
e. Proses Terbentuknya Kejenuhan Belajar	16
f. Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar	17
3. <i>Ice Breaking</i>	19
a. Pengertian <i>Ice Breaking</i>	19
b. Macam-Macam <i>Ice Breaking</i>	20
c. Teknik Penerapan <i>Ice Breaking</i> Dalam Pembelajaran	21
d. Kelebihan dan Kelemahan <i>Ice Breaking</i>	21
B. Penelitian Relevan	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Subjek Penelitian	25
D. Teknik Pengumpulan Data	25
E. Teknik Analisis Data	27
F. Teknik Penjaminan Keabsahan Data	29
BAB IV TEMUAN DAN HASIL PEMBAHASAN PENELITIAN	33
A. Temuan Umum	33
B. Temuan Khusus	50
C. Pembahasan Hasil Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62

A. Kesimpulan	62
---------------------	----

B. Saran.....	63
---------------	----

DAFTAR PUSTAKA	64
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Program Kerja Bagian Sarana Dan Prasarana	38
Tabel 2 : Prestasi Siswa Man 3 Medan	42
Tabel 3 : Daftar Prestasi Siswa/Siswi Man	47

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan dalam pengertian yang luas merupakan kegiatan yang meliputi semua perbuatan atau semua usaha dari generasi yang lebih tinggi tingkat pengetahuan dan pengalaman untuk mengalihkan pengetahuan, pengalaman serta keterampilannya kepada generasi yang tingkat pengetahuannya lebih rendah. Pendidikan mempunyai fungsi sebagai salah satu cara dalam menyiapkan generasi yang lebih mudah agar dapat memenuhi fungsi hidupnya baik secara jasmani maupun rohani.

Peran dalam mewujudkan tujuan pendidikan dalam menghadapi kehidupan yang semakin kompleks dan beraneka ragam serta perkembangan teknologi yang semakin canggih dan perkembangan budaya yang semakin luas. Sistem pendidikan yang direncanakan pemerintah saat ini merupakan salah satu wahana dalam pembentukan siswa yang lebih baik, sehingga di harapkan mampu dalam mengembangkan aspek pengetahuan, sikap dan nilai keterampilan kognitif, afektif, dan psikomotorik yang di perolehnya dari dalam dunia pendidikan kedalam kehidupan sehari-hari dengan berlandaskan iman dan ketakwaan kepada Allah SWT. Sebagaimana yang terdapat di dalam Al-Qur'an Surah Ali Imran ayat 18:

اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ هُوَ إِلَّا وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ ۚ
شَهِدَ

لَا هُوَ إِلَّا الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ

Artinya : Allah menyatakan bahwasanya tidak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang menegakkan keadilan. Para Malaikat dan orang-orang yang berilmu (juga menyatakan yang demikian itu). Tidak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana, Q.S. Ali Imran ayat 18.¹

Ayat tersebut jelas membahas bagaimana tingginya derajat orang yang berilmu sebagaimana yang harus dilakukan dan dikerjakan oleh peserta didik agar tidak bosan atau bahkan jenuh dalam menuntut ilmu dalam belajar. Selain itu hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan tidak hanya semata-mata berkaitan dengan aspek kognitif saja.

Dari pengalaman dan pengamatan selama ini, semakin diyakini pentingnya penggunaan variasi dalam proses pembelajaran sehingga mengurangi rasa kejenuhan kepada siswa sehingga tujuan pembelajaran dapat berjalan dengan

¹Dapartemen Agama RI, (2012), *Al-Qur'an dan Terjemahnya Spesial for Woman* , Bandung: PT Sigma Examedia Arkanleema, hal. 40

baik dan lancar serta siswa merasa senang dalam menerima materi pelajaran yang disampaikan oleh guru.

Menurut Muhibbin Syah menyatakan bahwa:

Kejenuhan belajar merupakan salah satu jenis kesulitan yang sering terjadi pada anak, secara harfiah kejenuhan berarti padat atau penuh sehingga tidak dapat menerima atau memuat apapun. Selain itu jenuh juga mempunyai arti jemu atau bosan. Kejenuhan yang dialami siswa dapat menyebabkan usaha belajar yang dilakukan sia-sia yang disebabkan suatu akal yang tidak bekerja sebagaimana mestinya dalam memproses item-item informasi atau pengalaman yang baru diperoleh. Faktor yang dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan dalam belajar, seperti apabila siswa telah kehilangan motivasi dan konsolidasi yang merupakan salah satu tingkat keterampilan yang selanjutnya, maka siswa tersebut telah mengalami kejenuhan yang berasal dari dalam dirinya sendiri. Sedangkan salah satu contoh faktor kejenuhan yang berasal dari luar yaitu siswa berada dalam situasi kompetitif yang ketat dan menuntut kerja intelektual yang berat.²

Dalam durasi yang cukup panjang setiap harinya dan dibarengi dengan mata pelajaran yang cukup banyak dan cukup berat diterima oleh memori siswa dapat menyebabkan proses belajar sampai pada batas kemampuan siswa, karena bosan dan kelelahan yang dapat menyebabkan kebosanan dan siswa kehilangan motivasi dan malas untuk mengikuti pelajaran selanjutnya.

Oleh karena itu, guru merupakan salah satu unsur pendidikan yang memegang peranan penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa serta berbudi pekerti luhur. Peranan guru dalam membimbing siswa juga ditegaskan di dalam Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen yaitu: “Guru adalah pendidik profesional

²Muhibbin Syah, (2005), *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung: Remaja Rosdakarya, hal. 165

dan tugas utamanya mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.”³

Maka dari itu dalam membentuk kepribadian siswa, guru Bimbingan dan Konseling lah yang mampu terlibat di dalamnya. Terlebih lagi dalam menangani siswa yang mengalami kejenuhan belajar atau kebosanan karena bobot materi yang cukup berat dan juga cukup menguras tenaga siswa, sehingga guru Bimbingan Konseling yang memiliki peranan yang sangat besar. Karena dengan dibekali ilmu pengetahuan dan kelebihan yang dimiliki guru Bimbingan Konseling khususnya di harapkan mampu mengatasi permasalahan yang ada pada siswa.⁴

Masalah-masalah yang dihadapi oleh siswa misalnya tentang kepribadiannya, hubungan dengan guru, hubungan dengan teman sebaya, hubungan dengan lawan jenis, masa depan, masalah belajar, dan lain sebagainya. Selain faktor individu ada juga faktor lingkungan. Faktor lingkungan yang merupakan faktor dominan yang menyebabkan siswa sering merasa jenuh dalam menerima pelajaran, sehingga tidak jarang ada siswa yang meninggalkan mata pelajaran yang di anggap terlalu berat dan kurang menarik. Selain hal tersebut, adanya keterbatasan dengan tingkat kemampuan siswa dalam menerima pelajaran yang cukup menguras tenaga maupun pikiran, sehingga pihak penyelenggara

³Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005, (2006), *Tentang Guru dan Dosen*, Jakarta: Sinar Grafika, hal. 2

⁴Sukardi, (2010), *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Koseling Di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 37.

pendidikan atau sekolah perlu mempertimbangkan kemungkinan-kemungkinan yang bisa terjadi dengan adanya keterbatasan kemampuan pada siswa yang dapat menyebabkan kejenuhan atau kebosanan.⁵

Masalah yang sering di alami siswa tidak selamanya di sebabkan oleh guru tetapi juga di karenakan oleh orang tua yang kurang berperan aktif dalam mendidik anaknya. Mereka menyerahkan sepenuhnya tanggung jawab dalam pendidik anaknya kepada pihak sekolah, sehingga seolah-olah orang tua siswa tidak mau campur tangan dalam urusan pendidikan anaknya dan berbagai kejenuhan belajar atau kebosanan yang di alami oleh siswa.

Maka dari itu, pihak sekolah khususnya guru Bimbingan Konseling mempunyai upaya-upaya pencegahan agar siswa di MAN 3 Medan yang mengalami kejenuhan dalam belajar agar di upayakan siswa merasa gembira dan bersemangat dalam belajar di sekolah melakukan *ice breaking* yang berguna untuk mengeurangi kejenuhan siswa saat belajar. *Ice breaking* adalah menghilangkan kejenuhan-kejenuhan di antara pesertadidik, sehingga mereka saling mengenal, mengerti, dan bisa berinteraksi dengan baik antara satu dengan yang lainnya. Hal ini juga dilakukan untuk menghilangkan kejenuhan-kejenuhan yang dihadapi oleh individu. Dan *ice breaking* ini juga dapat menjadi usaha dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar.

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul: **Peran Guru BK Dalam**

⁵*Ibid*, hal. 38

Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui *Ice Breaking* Di MAN 3 Medan.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang terdapat di atas, maka peneliti dapat menetapkan fokus masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Siswa ada yang meninggalkan pelajaran yang di anggap terlalu berat dan kurang menarik
2. Siswa yang tidak lazim keluar masuk ruangan dengan meminta izin untuk pergi ke kamar mandi dan juga pergi ke kantin
3. Siswa yang makan di kelas ketika pelajaran sedang berlangsung
4. Siswa menjadi malas mengerjakan tugas-tugasnya di sekolah
5. Menurunnya prestasi belajar di karenakan kejenuhan siswa saat belajar

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus masalah yang di temukan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 Medan?
2. Bagaimana peran guru Bimbingan dan Konseling dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan. Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apa saja faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 Medan.
2. Untuk mengetahui bagaimana peran guru Bimbingan dan Konseling dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian di atas di harapkan akan memberikan manfaat:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam upaya guru Bimbingan dan Konseling mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking*.
 - b. Memperluas pemahaman mengenai pelaksanaan bimbingan konseling khususnya dalam membantu para pelajar menyelesaikan permasalahannya.
 - c. Secara teoritis dapat di gunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya.
2. Manfaat Praktis
 - a. Sebagai acuan ataupun pedoman bagi kepala sekolah MAN 3 Medan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling disekolah.

- b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling, untuk menambah wawasan penggunaan *ice breaking* dalam mengurangi kejenuhan para siswa disekolah.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Pustaka

1. Peran Guru BK

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Konseling berasal dari bahasa Inggris yakni “Counseling” yang berarti bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik. Sedangkan layanan konseling adalah jantung hati layanan bimbingan secara keseluruhan (*counseling is heart of guidance*).Konseling merupakan satu jenis layanan yang merupakan bagian terpadu dari bimbingan. Konseling dapat diartikan sebagai hubungan

timbang balik antar individu, dimana yang seorang (konselor) berusaha membantu yang lain (konseli) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang.⁶

Menurut Syaiful Ahyar Lubis menyatakan bahwa:

Konseling merupakan berlangsungnya pertemuan tatap muka (*face to face relationship*) antara dua orang atau lebih (*more than two people*). Pihak pertama adalah konselor yang dengan sengaja memberikan bantuan, layanan kepada konseli, secara professional, sedangkan pihak kedua adalah konseli yang diharapkan dapat menyelesaikan problema pribadinya, tetapi tidak dapat diselesaikan secara mandiri.⁷

Dengan membandingkan pengertian konseling yang dikemukakan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling merupakan suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dan konseli yang berisi usaha yang laras, unik, manusiawi (human), yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku, agar konseli memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah-lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.⁸

Setelah memahami pengertian bimbingan konseling, maka sangat penting dan perlu dipahami pula mengenai prinsip-prinsip dasar bimbingan konseling. Secara umum, ada beberapa prinsip-prinsip bimbingan konseling, antara lain:

⁶ Tarmizi, (2018), *Bimbingan Konseling Islami*, Medan: Perdana Publishing, hal. 15.

⁷ Syaiful Akhyar, (2015), *Konseling Islami*, Bandung: Citapustaka Media, hal. 21

⁸ Hallen, (2005), *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching, hal. 84.

- 1) Karena bimbingan itu berhubungan dengan sikap dan tingkah laku individu, perlulah diingat bahwa sikap dan tingkah laku individu itu terbentuk dari segala aspek kepribadian yang unik dan ruwet.
- 2) Perlu dikenal dan dipahami perbedaan individual dari pada individu-individu yang dibimbing, ialah untuk memberikan bimbingan yang tepat sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh individu yang bersangkutan.
- 3) Bimbingan harus berpusat pada individu yang dibimbing
- 4) Masalah yang tidak dapat diselesaikan di sekolah harus diserahkan kepada individu atau lembaga yang mampu dan berwenang melakukannya.
- 5) Bimbingan harus dimulai dengan identifikasi kebutuhan-kebutuhan yang dirasakan oleh individu yang dibimbing.
- 6) Bimbingan harus fleksibel sesuai dengan kebutuhan individu dan masyarakat.
- 7) Program bimbingan harus sesuai dengan program pendidikan di sekolah yang bersangkutan.
- 8) Pelaksanaan program bimbingan harus dipimpin oleh seorang petugas yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan dan sanggup bekerjasama dengan para pembantunya serta dapat dan bersedia mempergunakan sumber-sumber yang berguna di luar sekolah.
- 9) Terhadap program bimbingan harus senantiasa diadakan penilaian teratur untuk mengetahui sampai dimana hasil dan manfaat yang diperoleh serta penyesuaian antara pelaksanaan dan rencana yang dirumuskan terdahulu.⁹

b. Pengertian Guru BK

Secara etimologi, istilah guru berasal dari bahasa sansekerta yang berarti guru, tetapi secara harfiahnya adalah “berat” adalah seseorang pengajar yang berarti dengan atau bersama rangkai dengan menerima atau memahami. Menurut Tohirin, menyatakan bahwa Guru bimbingan konseling merupakan petugas

⁹Agung Ngurah Adhiputra, (2013), *Bimbingan dan Konseling Aplikasi disekolah Dasar dan Taman Kanak-Kanak*, Yogyakarta: Graha Ilmu, hal. 12

bimbingan konseling yang secara umum di kenal dengan dua tipe, yaitu tipe profesional dan nonprofesional.¹⁰

Guru bimbingan konseling profesional adalah petugas bimbingan konseling yang di rekrut atau di angkat sesuai klasifikasi keilmuannya dan latar belakang pendidikan seperti Sarjana Strata Satu (S1), S2, dan S3 jurusan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan konseling profesional mencurahkan sepenuh waktunya pada pelayanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan konseling nonprofesional adalah petugas bimbingan konseling yang di angkat tidak berdasarkan keilmuan atau latar belakang pendidikan profesi, misalnya guru mata pelajaran, guru wali kelas, dan kepala sekolah yang merangkap tugas sebagai petugas bimbingan dan konseling. Selain harus memiliki ilmu bimbingan dan konseling, guru bimbingan konseling juga harus memiliki ilmu–ilmu tentang manusia dengan berbagai macam problematikannya seperti ilmu psikologi.¹¹

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa guru bimbingan konseling adalah petugas bimbingan konseling baik profesional maupun nonprofesional yang bertugas memberikan bantuan kepada siswa dengan memperhatikan siswa itu sebagai individu dan makhluk sosial, agar siswa dapat maju seoptimal mungkin dalam proses perkembangannya serta dapat menolong dirinya sendiri, menganalisis, dan memecahkan masalahnya sendiri. Guru

¹⁰Ramayulis dan Mulyadi, (2016), *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, Jakarta: Kalam Mulia, hal. 110

¹¹Prayitno dan Erman Amti, (2013), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 340

bimbingan konseling harus mengetahui dan memahami secara mendalam sifat-sifat seseorang, daya kekuatan dalam diri seseorang, merasakan kekuatan jiwa apakah yang mendorong seseorang berbuat dan mendiagnosis berbagai persoalan siswa, selanjutnya mengembangkan potensi individu secara positif.¹²

c. Tugas Guru BK

Ada beberapa tugas guru bimbingan dan konseling di sekolah, antara lain:

- 1) Memasyarakatkan layanan bimbingan dan konseling. Usaha yang dilakukan guru bimbingan konseling dalam memasyarakatkan pelayanan bimbingan konseling di sekolah kepada segenap unsur di sekolah dan unsur lain di luar sekolah (orang tua, masyarakat) dengan menjamin pelaksanaan program bimbingan konseling secara profesional.
- 2) Merencanakan program merencanakan program bimbingan konseling dalam satuan-satuan waktu (tahun, semester, cawu, mingguan, dan harian).
- 3) Melaksanakan program.
Melaksanakan program bimbingan konseling yang telah direncanakan oleh guru bimbingan konseling dalam satuan-satuan waktu (tahun, semester, cawu, mingguan dan harian).
- 4) Menilai proses dan hasil layanan. Menilai proses dan hasil pelaksanaan layanan bimbingan konseling serta kegiatan pendukung bimbingan konseling dalam satuan-satuan waktu tertentu.
- 5) Menganalisis hasil penilaian layanan dan kegiatan.¹³

2. Kejenuhan Belajar

a. Pengertian Kejenuhan Belajar

Belajar adalah suatu aktivitas mental (psikis) yang berlangsung dalam interaksi dengan lingkungannya yang menghasilkan perubahan yang relatif konstan. Pendapat lain tentang pengertian belajar menurut Slameto, menyatakan

¹²Sutirna, (2013), *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal, dan Informal*, Yogyakarta: Andi, hal. 57

¹³Sutirna, (2003), *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Hak Cipta, hal.125

belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) jenuh berarti jemu atau bosan dengan pekerjaan yang selalu sama sepanjang tahun. Dan kejenuhan diartikan sebagai kejemuhan dan keadaan yang menggambarkan kenaikan penyebab tanpa menimbulkan kenaikan hasil.¹⁴

Melihat pengertian tentang belajar dan kejenuhan diatas dapat di simpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah keadaan jenuh dan bosan yang dialami seseorang dalam usahanya untuk melakukan perubahan tingkah laku.Syah mendefinisikan kejenuhan belajar sebagai berikut:

“Secara harfiah arti jenuh adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun.Selain itu jenuh juga dapat berarti jemu atau bosan. Dalam belajar, disamping siswa sering mengalami kelupaan, ia juga terkadang mengalami peristiwa negatif lainnya yang berupa jenuh belajar yang dalam bahasa psikologi lazim disebut learning plateau atau plateau. Peristiwa jenuh ini kalau dialami oleh siswa yang sedang dalam proses belajar (kejenuhan belajar) dapat membuat siswa tersebut merasa telah memubazirkan usahanya.”¹⁵

Hakim menyatakan bahwa:

Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah untuk melakukan aktivitas belajar.Menurut Reber dalam Syah kejenuhan belajar ialah rentan waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil.Seorang siswa

¹⁴T. Hakim, (2004), *Belajar Secara Efektif*, Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara, hal. 17

¹⁵*Ibid*, hal. 20

yang mengalami keadaan jenuh sistem akalnya tidak bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam kemajuan belajarnya seakan-akan “jalan ditempat”.¹⁶

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar adalah keadaan jemu, bosan dan lelah pada seseorang yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa lesu, tidak bersemangat, atau tidak bergairah serta sistem akalnya tidak bekerja dalam melakukan aktivitas belajar, yang mengakibatkan usaha yang dilakukan tidak mendatangkan hasil, serta kemajuan belajarnya seakan-akan “jalan di tempat”.

b. Aspek Kejenuhan Belajar

Menurut Makmun Khairani mengemukakan bahwa kejenuhan belajar mempunyai tiga aspek yang terdapat pada *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yaitu:

1) Keletihan emosi (*emotional exhaustion*)

Keletihan emosi mengakibatkan siswa tidak semangat belajar dan merasa energinya terkuras habis tanpa mendapatkan hal yang penting untuk dirinya. Individu yang mengalami kejenuhan belajar akan merasa energi habis secara emosi, mudah putus asa dan frustrasi.

2) Depersonalisasi (*cynism*)

Siswa biasanya tidak nyaman berada di dalam kelas maupun mengikuti aktivitas belajar. Bentuk perilaku sinisme yang seringkali muncul pada siswa yang mengalami kejenuhan belajar yakni seperti bolos

¹⁶*Ibid*, hal. 22

sekolah, marah-marah, tidak mengerjakan tugas rumah, atau berpikiran negatif terhadap guru dan kehilangan ketertarikan terhadap mata pelajaran.

3) Menurunnya keyakinan akademik (*reduce academic efficacy*)

Ditandai dengan memunculkan masalah dalam hal rasa percaya diri, keyakinan terhadap kemampuannya sehingga membuat siswa stress dan tertekan. Siswa merasa menjadi orang yang tidak bahagia dan malang, tidak puas terhadap hasil belajar yang didapatkannya, merasa tidak kompeten, rasa percaya diri yang rendah dan merasa tidak berprestasi.¹⁷

c. Karakteristik Kejenuhan Belajar

Menurut Hakim Mulyati menyatakan, kejenuhan belajar adalah tanda-tanda atau gejala-gejala yang sering dialami yaitu timbulnya rasa enggan, malas, lesu dan tidak bergairah untuk belajar. Sedangkan menurut Muhibbin Syah, tanda-tanda kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari proses belajar tidak ada kemajuan. Siswa yang mulai memasuki kejenuhan dalam belajarnya merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperolehnya dalam belajar tidak meningkat, sehingga siswa merasa sia-sia dengan waktu belajarnya. Contohnya: Merasa tidak memiliki pengetahuan walaupun mempelajarinya.
- 2) Sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagai mana yang diharapkan dalam memproses informasi atau pengalaman, sehingga mengalami stagnan dalam kemajuan belajarnya. Seorang siswa yang sedang dalam keadaan jenuh, sistem akalnya tidak dapat bekerja sebagaimana yang diharapkan dalam memproses berbagai informasi yang diterima atau pengalaman baru

¹⁷Makmun Khairani, (2013), *Psikologi Belajar*, Yogyakarta: Aswaja Presindo, hal. 187.

yang didapatnya. Contohnya: Tidak dapat mengingat kembali banyak materi yang diberikan.¹⁸

Berdasarkan beberapa pendapat dari ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa, tanda-tanda kejenuhan belajar disebabkan karena rasa malas, lesu, tidak bersemangat untuk belajar sehingga proses belajarnya tidak ada kemajuan sebagai mana yang diharapkan dalam memproses informasi atau pengalaman dan kehilangan motivasi untuk belajar.

d. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar

Menurut Hakim penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1) Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi.

Seringkali siswa tidak menyadari bahwa cara belajar mereka sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak berubah-ubah.

2) Belajar hanya di tempat tertentu.

Belajar hanya di tempat tertentu dengan kondisi ruang, seperti letak meja, kursi kondisi ruang yang tidak berubah-ubah dapat menimbulkan kejenuhan belajar.

3) Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.

Suasana yang diperlukan oleh siswa tentu saja suasana yang menimbulkan ketenakngan berfikir. Sangat perlu diketahui bahwa setenang apapun lingkungan tempat belajar, bila suasananya tidak berubah-ubah sejak lama, mungkin saja dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Jadi setenang apapun ruang belajarnya, belum tentu dapat selalu menunjang keberhasilan belajar.

4) Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.

Sebagaimana halnya dengan aktivitas fisik, proses berfikir yang merupakan aktifitas mental kita dapat menimbulkan kelelahan, dan kelelahan tersebut membutuhkan juga istirahat dan penyegaran (*refreshing*).

5) Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar.

¹⁸Syaiful Bahri Djaramah, (2016), *Psikologi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 235

Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut dapat menimbulkan kelelahan mental berlebihan. Selanjutnya kelelahan tersebut dapat menimbulkan kejenuhan belajar dengan intensitas yang sangat kuat. Syah (menyatakan penyebab kejenuhan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Kelelahan mental dipandang sebagai faktor utama penyebab munculnya kejenuhan belajar.¹⁹

Kelelahan fisik dan kelelahan indera dalam hal ini mata dan telinga, pada umumnya dapat dikurangi yaitu dihilangkan lebih mudah setelah siswa beristirahat cukup terutama tidur nyenyak dan mengonsumsi makanan dan minuman yang cukup bergizi. Syah memaparkan setidaknya ada 4 faktor yang menyebabkan kelelahan mental diantaranya:

- 1) Karena kecemasan siswa terhadap dampak negatif yang ditimbulkan oleh kelelahan itu sendiri.
- 2) Karena kecemasan siswa terhadap standar/patokan keberhasilan bidang-bidang studi tertentu yang dianggap terlalu tinggi terutama ketika siswa tersebut sedang merasa bosan mempelajari bidang-bidang studi tadi.
- 3) Karena siswa berada di tengah-tengah situasi kompetitif yang ketat dan menuntut lebih banyak kerja intelektual yang berat.
- 4) Karena siswa mempercayai konsep kinerja akademik yang optimum, sedangkan dia sendiri menilai belajarnya sendiri hanya berdasarkan ketentuan yang ia bikin sendiri (*Self Imposed*). Kejenuhan belajar dapat disebabkan karena beberapa hal. Seseorang dapat mengalami kejenuhan belajar karena proses belajar yang monoton dan tidak bervariasi serta kurangnya aktivitas rekreasi atau hiburan. Selain itu penyebab kejenuhan belajar dapat ditimbulkan pula karena kelelahan yang melanda.²⁰

e. Proses Terbentuknya Kejenuhan Belajar

¹⁹Hakim T. (2004), *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara, hal.80

²⁰*Ibid*, hal. 236-238

Terbentuknya kejenuhan belajar yang dialami individu melalui beberapa tahapan. Mardianto menjabarkan 12 tahap yang mendasari terbentuknya kejenuhan yaitu sebagai berikut:

- 1) Paksaan untuk membuktikan bahwa dirinya layak untuk orang lain. Hal ini membuat individu bekerja keras untuk membuat orang lain melihat potensi dirinya.
- 2) Individu bekerja keras agar orang lain tidak merubah pandangan terhadap dirinya dan agar orang lain tidak lari dari dirinya.
- 3) Terlalu kerasnya mereka bekerja. Hal ini membuat individu mulai mengesampingkan kebutuhan-kebutuhan pokok mereka, seperti makan, tidur, dan bersantai ria dengan keluarga dan teman-teman.
- 4) Munculnya gejala-gejala fisik pada individu yang disebabkan karena perubahan gaya hidup yang dilakukan.
- 5) Keinginan untuk mendapatkan nilai-nilai yang lebih baik dari lingkungan sosialnya sehingga mereka akan sibuk untuk hal tersebut dan mengesampingkan kebutuhan pokok dan hubungannya dengan orang-orang terdekat.
- 6) Munculnya perasaan yang seharusnya tidak dimiliki, seperti mulai tidak mempunyai toleransi dengan orang lain, tidak mempunyai perasaan simpati atas masalah orang lain, terlalu agresif dan selalu menyalahkan orang lain atas masalah yang ada.
- 7) Mengisolasi diri atau menarik diri dari kehidupan sosial karena terlalu kerasnya mereka bekerja.
- 8) Mulai muncul perasaan malu, takut dan apatis karena terlalu kerasnya pekerjaan dan tekanan yang dimiliki.
- 9) Individu mulai kehilangan jati dirinya karena mereka beranggapan bahwa mereka telah menjadi “mesin” orang lain.
- 10) Kekosongan-kekosongan yang mulai muncul dari dalam diri membuat individu mulai putus asa yang membuat individu mulai melakukan pelarian dengan berbagai macam hal mulai dari seks bebas, merokok, meminum minuman keras dan hal-hal negatif lainnya.
- 11) Perasaan terpuruk yang mulai dirasakan seperti ketidakpedulian, keputusasaan, kelelahan dan mengabaikan masa depan.
- 12) Jika individu ini sudah mulai jenuh akan kegiatannya maka mereka akan mencoba melarikan diri dari hal tersebut yang terkadang disertai dengan perasaan ingin membunuh dirinya sendiri karena situasi yang ada sekarang.²¹

²¹Mardianto, (2014), *Psikologi Pendidikan*, Medan: Perdana Publishing, hal. 219.

f. Cara Mengatasi Kejenuhan Belajar

Menurut Novitasari menyatakan, penyebab kejenuhan yang paling umum adalah kelelahan yang melanda, karena kelelahan dapat menjadi penyebab munculnya perasaan bosan pada siswa yang bersangkutan. Kelelahan mental yang menyebabkan munculnya kejenuhan belajar itu lazimnya dapat diatasi dengan menggunakan kiat-kiat antara lain sebagai berikut:

- 1) Melakukan istirahat dan mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dengan takaran yang cukup banyak.
- 2) Pengubahan atau penjadwalan kembali jam-jam dari hari-hari belajar yang dianggap lebih memungkinkan siswa belajar lebih giat.
- 3) Pengubahan atau penataan kembali lingkungan belajar siswa yang meliputi pengubahan posisi meja tulis, almari, rak buku, alat-alat perlengkapan belajar dan sebagainya sampai memungkinkan siswa merasa berada di sebuah kamar baru yang lebih menyenangkan untuk belajar.
- 4) Memberikan motivasi dan stimulasi baru agar siswa merasa terdorong untuk belajar lebih giat daripada sebelumnya.
- 5) Siswa harus berbuat nyata (tidak menyerah atau tinggal diam) dengan cara mencoba belajar dan belajar lagi. Hakim mengatakan usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:
 - a) Belajar dengan cara atau metode yang bervariasi. Jika aktivitas belajar dilakukan dengan metode yang tidak berubah-ubah, kita akan dihindari perasaan bosan dan jenuh. Karena itu, lakukan aktivitas belajar dengan metode yang bervariasi.
 - b) Mengadakan perubahan fisik di ruang belajar. Melakukan perubahan letak peralatan dan perlengkapan belajar agar tercipta motivasi baru dan menurunkan rasa bosan saat belajar.
 - c) Menciptakan suasana baru di ruang belajar. Mencoba hal baru saat belajar, misalnya dengan mendengarkan musik atau melakukan hal lain yang dapat menurunkan kelelahan dan kejenuhan belajar.
 - d) Melakukan aktivitas rekreasi atau hiburan. Salah satu cara untuk mencegah dan mengatasi kejenuhan belajar adalah dengan membuat rencana atau program aktivitas rekreasi yang dilakukan setelah belajar secara kontinu.
 - e) Hindarkan adanya ketegangan mental saat belajar. Ketegangan mental akan membuat aktivitas belajar terasa jauh lebih berat dan

melelahkan. Upaya mengatasi kejenuhan belajar dapat dilakukan dengan berbagai cara. Beberapa cara yang dapat dilakukan adalah memberikan motivasi dan stimulus kepada siswa, memberikan metode yang bervariasi, dan melakukan aktivitas rekreasi dan hiburan.²²

Seperti yang terdapat didalam Al-Qur'an di dalam Surah Al-Ankabut Ayat 43 yang berbunyi:

وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لِمَن نَّالَهَا إِلَّا لِيَعْقِلَهَا وَمَا يُلَاقِيهَا إِلَّا عِزٌّ مُّزِيدٌ

Artinya:“Dan perumpamaan-perumpamaan ini Kami buat untuk manusia; dan tiada yang memahaminya kecuali orang-orang yang berilmu Q.S. Al ankabut:43”.²³

Dengan demikian, jelas dikatakan bahwasannya, orang-orang yang berilmu memang sangat-sangat luar biasa kedudukannya.Oleh karena itu, cara-cara mengatasi kejenuhan belajar bisa dilakukan untuk mengurangi kejenuhan belajar yang terjadi terhadap siswa. Agar siswa dapat mendapatkan ilmu serta menghilangkan kejenuhan yang terjadi saat proses belajar mengajar sedang berlangsung.

3. Ice Breaking

a. Pengertian Ice Breaking

Ice breaking merupakan “permainan atau kegiatan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok.”²⁴*ice breaking* adalah “peralihan

²²Yuni Novitasari, (2016), *Bimbingan dan Konseling Belajar Akademik*, Bandung: Alfabeta, hal. 119

²³Dapartemen Agama RI, (2012), *Al-Qur'an dan Terjemahnya Spesial for Woman* , Bandung: PT Sigma Examedia Arkanleema, hal.70

situasi dari yang membosankan, membuat mengantuk, menjenuhkan, dan tegang menjadi rileks, bersemangat, tidak membuat mengantuk, serta ada perhatian dan ada rasa senang untuk mendengarkan atau melihat orang yang berbicara di depan kelas atau ruangan pertemuan.”²⁵

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, *ice breaking* dapat diartikan sebagai pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik siswa. *Ice breaking* juga dimaksudkan untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. Hal ini *ice breaking* adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (*fun*) serta serius tapi santai.

b. Macam-Macam *Ice Breaking*

1) Ice breaking jenis Tepuk Tangan

Contoh:

Pegang kepala > dibalas dengan tepuk tiga kali

Pegang hidung > dibalas dengan tepuk dua kali

Pegang mata > dibalas dengan tepuk satu kali

Pegang mulut > dibalas dengan tepuk tangan tanpa henti

2) Ice Breaking Jenis Lagu-Lagu

Selama ini berdasarkan pengalaman, *ice breaking* jenis ini adalah yang paling banyak disukai oleh pelajar apalagi jika pelajarnya itu kebanyakan wanita. Untuk kepentingan *ice breaking* menyanyi dengan jenis lagu-lagu

²⁴Sunarto, (2012), *Icebraker Dalam Pembelajaran Aktif*, Surakarta: Cakrawala Media, hal. 2

²⁵Adi Soenarno, (2005), *Icebraker Permainan Atraktif-Eduktif Untuk Pelatihan Manajemen*, Yogyakarta: Andi Offset, hal. 1

orisinal ciptaan sendiri, tetapi bisa juga kita hanya menyanyikan lagu-lagu yang sedang hits tetapi dengan lirik yang diganti sesuai dengan hal yang memang harus dilakukan. Misalnya kita menyanyikan lagu “balonku” untuk menambah semangat belajar pada saat kejenuhan datang, guna untuk menghibur peserta didik dari rasa jenuh yang sedang dihadapi pada saat belajar.

3) *Ice Breaking* Audio Visual

Perlu kita ketahui terlebih dahulu tentang pengertian” Audio Visual yaitu media instruksional modern yang sesuai dengan perkembangan zaman, (kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi), meliputi media yang dapat dilihat dan di dengar”.²⁶

c. Teknik Penerapan *Ice Breaking* Dalam Pembelajaran

Teknik penggunaan *ice breaking* ada dua cara:

- 1) Teknik spontan dalam situasi pembelajaran *ice breaking* di gunakan secara spontan dalam proses pembelajaran biasanya di gunakan karena situasi pembelajaran biasanya di gunakan tanpa rencana tetapi lebih banyak di gunakan karena situasi pembelajaran yang ada pada saat itu butuh penyemangat agar pembelajaran dapat fokus kembali. *Ice breaking* yang demikian bisa di gunakan kapan saja melihat situasi dan kondisi yang terjadi pada saat pembelajaran berlangsung.
- 2) Teknik direncanakan dalam situasi pembelajaran *ice breaking* yang baik dan efektif membantu proses pembelajaran adalah *ice breaking* yang di rencanakan dan di masukan dalam rencana pembelajaran. “*Ice breaking* yang di rencanakan dan di masukan dalam rencana pembelajaran dapat mengoptimalkan pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.”²⁷

²⁶Rohani, (1997), *Pegertian Media Pebelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta, hal. 97

²⁷Zainal Aqib, (2015), *Konseling Kesehatan Mental*, Bandung: CV Yrama Widya, hal. 138

d. Kelebihan dan kelemahan *Ice Breaking*

Dalam model pembelajaran pasti ada yang namanya kekurangan dan kelebihan masing-masing, termasuk *ice breaking* ini. Kelebihan dari *ice breaking*:

- 1) Membuat waktu panjang terasa cepat.
- 2) Membawa dampak menyenangkan dalam pembelajaran.
- 3) Dapat digunakan secara spontan atau terkonsep.
- 4) Membuat suasana kompak dan menyatu.

Sedangkan kelemahan *ice breaking*: Penerapan disesuaikan dengan kondisi di tempat masing-masing.²⁸

B. Penelitian Relevan

Ada beberapa penelitian relevan yang bersangkutan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, sebagai berikut:

1. Jurnal Diya Rahmatika dengan judul penelitian “Pengaruh Penelitian *ice breaking* terhadap motivasi belajar siswa di SD Islam Amanah Tangerang”. Kaitannya penelitian tersebut dengan penelitian saya adalah sama-sama membahas penerapan *ice breaking* hanya saja, penelitian tersebut hanya meneliti pengaruh permainan *ice breaking* terhadap motivasi belajar siswa, sementara penelitian yang saya lakukan adalah upaya guru BK dalam

²⁸Sunarto, *Op.cit.*, hal. 106-107

mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking*. Kemudian hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa permainan *ice breaking* berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa.

2. Jurnal Mukhamad Ilham Mubarak Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul “Upaya Menurunkan Kejenuhan Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Game Pada Siswa Di SMK YPKK Sleman” Kaitannya penelitian tersebut dengan peneliti adalah sama-sama membahas kejenuhan belajar, hanya saja pada penelitian ini menggunakan layanan kelompok dengan teknik game, sementara di penelitian saya hanya menggunakan teknik melalui *ice breaking*. Hasil dari penelitian jurnal tersebut adalah menurunkan kejenuhan belajar siswa maka guru pembimbing dapat menggunakan game sebagai sarana untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa. Guru BK juga dapat meningkatkan layanan dengan menambah referensi tentang game yang digunakan.
3. Jurnal Indriatil Universitas Pendidikan Riau, yang berjudul “Penerapan *Ice Breaking* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di SMA Babusalam Pekanbaru”. Kaitannya penelitian tersebut dengan peneliti adalah penerapan *ice breaking* untuk meningkatkan hasil belajar, sementara penelitian saya adalah penerapan *ice breaking* untuk mengatasi kejenuhan belajar pada siswa. Dengan hasil penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian *Intack Group Comparison Desaign*. Dan populasinya adalah seluruh siswa kelas X SMA Babussalam Pekanbaru, dimana di harapkan setelah pembelajaran

menggunakan *ice breaking* hasil belajar siswa dapat signifikan mengalami perubahan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode penelitian yang di gunakan untuk mengkaji tentang peran guru BK dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan adalah dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Karena peneliti lebih mudah melakukan penyesuaian apabila berhadapan dengan kenyataan dan dapat berhubungan langsung dengan responden.

Penelitian ini merupakan suatu penelitian menyimpulkan secara deskriptif mengenai metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang di teliti sesuai apa adanya dengan tujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek yang di teliti secara tepat. Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui peran guru BK dalam mengatasi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan. Maka dengan tujuan di atas penulis akan menyimpulkan semua data dengan jelas berdasarkan hasil jawaban responden dari wawancara dan observasi.²⁹

B. Lokasi Penelitian

²⁹Lexy J Moleong, (2005), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, hal. 5

Dalam penelitian yang akan dilakukan memilih MAN 3 Medan sebagai lokasi penelitian yang beralamat di jalan Pertahanan Patumbak Kelurahan Timbang Deli Kota Medan Prov. Sumatera Utara.

C. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini yang akan menjadi subjek penelitian adalah keseluruhan dari sumber informasi yang dapat memberikan data tentang penelitian ini yaitu:

a. Data primer

1. Guru Bimbingan dan Konseling di MAN 3 Medan.
2. Siswa kelas XII MIA 1 di MAN 3 Medan yang dijadikan sebagai

b. Data sekunder

1. Kepala sekolah sebagai penanggung jawab pelaksanaan pendidikan di MAN 3 Medan.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik atau prosedur pengumpulan data mempunyai peranan yang sangat besar dalam suatu penelitian. Baik buruknya hasil penelitian di pengaruhi oleh teknik yang di gunakan. Semakin baik tekniknya, maka semakin baik pula objek yang di identifikasikan untuk mendapatkan data yang di butuhkan dalam penelitian.³⁰

³⁰Salim, (2018), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Citapustaka Media, hal. 44

Untuk memperoleh data yang valid dan akurat, peneliti menggunakan empat teknik pengumpulan data, yaitu:

1. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan tidak langsung, namun dilakukan secara sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka observasi ini dilakukan untuk mengamati aktivitas guru dan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan berdasarkan lembar observasi yang telah diajukan oleh peneliti. Hasil observasi diperoleh pada saat peneliti berada di lapangan (di dalam kelas).³¹

2. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab antara dua orang secara lisan untuk mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan. Wawancara adalah sebuah kecakapan dengan maksud tertentu, percakapan yang dilakukan oleh dua belah pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai akan memberikan respon dari pertanyaan tersebut atau menjawab pertanyaan. Wawancara yang peneliti lakukan adalah untuk mendapatkan data atau informasi dari objek yang sedang diteliti. Kegiatan ini digunakan untuk mendapatkan informasi langsung dengan memberikan pertanyaan-

³¹ Susilo Rahardjo, dan Gudnanto, (2003), *pemahaman Individu Teknik Nontes*, Jakarta: Prenadamedia Grup, hal. 42

pertanyaan kepada informan secara lisan. Pada penelitian ini yang di wawancarai adalah guru BK dan beberapa orang siswa.³²

3. Dokumentasi

Menurut Suharsimi Arikunto, dokumentasi adalah metode mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, ledger, prasasti, notulen rapat, agenda dan sebagainya. Dokumen yang terhimpun sangat berguna untuk melengkapi data yang telah di peroleh dari teknik wawancara dan observasi partisipan.³³

Dalam penelitian ini, dokumentasi sangat diperlukan. Oleh sebab itu kegiatan peneliti disini untuk mencari informasi mengenai program-program kegiatan sekolah yang akan mempermudah untuk menggali informasi dengan menggunakan teknik dokumentasi. Adapun dokumen yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu berupa catatan data sekolah, seperti catatan kasus, foto-foto sekolah, maupun kegiatan-kegiatan dan dokumen lainnya yang berhubungan dengan penelitian.

E. Teknik Analisis Data

Setelah data yang diperlukan terkumpul dengan menggunakan tehnik pengumpulan data atau instrument yang ditetapkan, maka kegiatan selanjutnya adalah melakukan analisis. Lexy J. Moleog berpendapat bahwa analisis data

113 ³²Basrowi dan Suwandi, (2008), *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, hal.

³³Susilo Rahardjo dan Gunanto, (2016), *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*, Jakarta: KECANA, hal. 47

adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.³⁴

Sedangkan menurut Bongdan dan Biklen dalam Salim dan Syahrur menjelaskan bahwa analisis data adalah proses mencari dan mengatur secara sistematis transkrip wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain yang telah dikumpulkan untuk penambah pemahaman sendiri mengenai bahan-bahan tersebut sehingga memungkinkan temuan tersebut dilaporkan kepada pihak lain.³⁵

Dengan demikian dalam mengolah dan menganalisis data penelitian ini digunakan prosedur penelitian kualitatif, yakni dengan memaparkan penelitian ini apa adanya serta menarik kesimpulan dengan menggunakan metode deduktif. Menurut *Milles dan Huberman* dalam mereduksi data, menyajikan data dan membuat kesimpulan. Penjelasan ketiga tahapan ini adalah sebagai berikut:

1. Reduksi data

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhaan, pegabstrakan, dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan tertulis di lapangan. Reduksi data merupakan bagian dari analisis. Pilihan-pilihan peneliti tentang bagian mana yang di kode, mana yang dibuang, pola-pola mana yang meringkas sejumlah bagian yang terbesar, cerita-cerita apa yang

³⁴ Lexy J. Moleog, (2012) *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, Bandung: Rosdakarya, hal. 112

³⁵ Salim dan Syahrur, (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pers, hal. 145

berkembang, semua itu merupakan pilihan analisis yang menunjukkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tak perlu dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa sehingga kesimpulan-kesimpulan akhirnya dapat di tarik kesimpulan dan verifikasi.

2. Penyajian data

Penyajian data merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian yang paling penting dan sering di gunakan pada data kualitatif di masa lalu adalah bentuk teks normatif. Teks normatif dalam hal ini bisa melebihi beban kemampuan manusia dalam memproses informasi dan menggerogoti kecenderungan mereka untuk menemukan pola-pola yang sederhana.

3. Membuat kesimpulan

Pada mulanya data terwujud dari kata-kata, tulisan, dan tingkah laku perbuatan yang telah dikemukakan dalam penelitian. Penelitian ini diperoleh melalui hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi, sebenarnya sudah dapat memberikan kesimpulan tetapi sifatnya masih sederhana. Dengan bertambahnya data yang dikumpulkan secara sirkuler bersama reduksi dan penyajian, maka kesimpulan merupakan konfigurasi yang utuh.³⁶

F. Teknik Penjaminan Keabsahan Data

³⁶Hallen, (2002), *Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Ciputat Pers, hal. 112

Dalam penelitian kualitatif faktor keabsahan data harus sangat diperhatikan karena suatu hasil penelitian tidak ada artinya jika tidak mendapat pengakuan. Keabsahan data dilakukan agar data yang diperoleh dalam penelitian kualitatif tidak menjadi biasa dan memenuhi kriteria keilmiahannya. Dalam penelitian ini kriteria keabsahan data beserta teknik pemeriksaannya menggunakan Trianggulasi.³⁷

1. Kepercayaan (Credibility)

Penempatan kriteria derajat kepercayaan pada dasarnya menggantikan validitas internal nonkualitatif. Sedangkan kebenaran data yang diperoleh dengan instrument, yakni apakah instrument itu sungguh-sungguh mengukur variable yang sebenarnya. Dalam penelitian kualitatif, instrument penelitiannya adalah penelitian itu sendiri.³⁸

Untuk itu, agar dapat dicapai derajat kepercayaan atau validitas internal dalam penelitian ini dilakukan teknik pemeriksaan data melalui:

a. Pengamatan secara terus menerus

Pengamatan ini bermaksud menemukan ciri-ciri unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan yang sedang peneliti cari dan kemudian memusatkan pada hal-hal tersebut secara rinci.

³⁷ Sugiono, (2011), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, hal. 80

³⁸ *Ibid*, hal. 81

b. Trianggulasi

Trianggulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuai yang lain di luar data itu sendiri untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding. Dalam penelitian ini, trianggulasi dilakukan dengan jalan membandingkan dan mengecek informasi atau data yang diperoleh dari wawancara dengan hasil pengamatan. Demikian pula sebaliknya, data yang diperoleh dari pengamatan dibandingkan dan dicek melalui wawancara.³⁹

c. Member check

Dari data yang diperoleh baik melalui pengamatan maupun wawancara, peneliti mengulang kembali pada responden yang sama pada saat yang berbeda guna mengoreksi kembali bila ada kesalahan atau menambahkan bila ada data yang kurang.

2. Keteralihan (Transferability)

Mengenai keteralihan hasil penelitian, peneliti kualitatif selalu mempertimbangkan konteks hasil penelitian dapat ditransfer ke fenomena yang lain apabila fenomena lain tersebut memiliki tingkat kesamaan konteks yang relatif tinggi. Untuk kriteria keteralihan dalam penelitian ini, maka hasil

³⁹*Ibid*, hal. 82

penelitian di sajikan dalam uraian rinci yang di sertai penafsiran. Salah satu bentuk rincian dalam penelitian ini di sajikan dalam bentuk catatan lapangan.⁴⁰

3. Kebergantungan (Dependability) dan Kepastian (Confirmability)

Dalam penelitian kualitatif, kriteria kebergantungan merupakan substitusi dari istilah reliabilitas, sedangkan kepastian berasal dari konsep objektivitas. Untuk memenuhi kriteria tersebut, dalam penelitian ini dilakukan audit trail, dimana peneliti melakukannya dengan jalan pemeriksaan proses penelitian dan taraf kebenaran data beserta tafsirannya atas dasar kesepakatan berbagai pihak.⁴¹

Jadi triangulasi berarti adalah cara terbaik untuk menghilangkan perbedaan konstruksi kenyataan yang ada dalam konteks suatu studi saat mengumpulkan data tentang berbagai kejadian dan hubungan dari berbagai pandangan. Dengan menggunakan teknik ini akan memungkinkan diperolehnya hasil penelitian yang valid dan benar dari penelitian yang benar dari penelitian yang dilakukan. Hasil data yang diperoleh dituangkan dalam pembahasan penelitian setelah dikumpulkan semua data yang diperoleh dari lapangan.

⁴⁰*Ibid*, hal. 83

⁴¹*Ibid*, hal. 85

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum Penelitian

1. Sejarah Berdirinya MAN 3 MEDAN

Karena banyaknya peminat siswa-siswi untuk masuk MAN 3Medan yang berasal dari daerah patumbak maka pada tahun 1993 dibuatlah local jauh MAN 3Medan (yang dipimpin oleh bapak Drs. H. Suangkupon siregar) dan untuk pengawasan, secara resmi ditunjuk bapak Drs. Sukoco yang belajarnya bersebelahan dengan MTs. N 1 Medan. Sehubungan dengan meningkatnya jumlah siswa siswi yang masuk ke local jauh, maka pada tahun 1996 berdasarkan SK menteri agama: No. 515 a, tanggal 25-11-1995, tentang SK pendirian MAN 3Medan, maka didirikanlah MAN 1 Medan yang gedung belajarnya bersebelahan dengan MTs. N 1 Medan, dengan kepala madrasahny adalah bapak Drs. Sukoco.

Madrasah AliyahNegeri 3 Medan (disingkat MAN 3Medan) adalah jenjang pendidikan menengah pada pendidikan formal yang setara dengan sekolah menengah atas, yang pengelolaannya dilakukan oleh kementerian agama.Pendidikan Madrasah Aliyah ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 10 sampai kelas 12.

Pada tahun kedua (yakni kelas 11), seperti halnya siswa SMA, maka siswa MAN 3Medan memilih salah satu dari 3 jurusan yang ada, yaitu ilmu alam, ilmu sosial dan ilmu-ilmu keagamaan islam. Pada akhir tahun ketiga (yakni kelas 12), siswa diwajibkan mengikuti ujian nasionalyang memengaruhi kelulusan siswa.Lulusan Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi umum, perguruan tinggi agamaislam, atau langsung bekerja.

2. Visi, Misi dan Motto MAN 3 Medan

c. Visi

Membentuk insan yang beriman, berakhlakulkarimah, berilmu, kreatif, serta peduli dengan lingkungan dan masyarakat.

d. Misi

- 1) Menumbuhkan penghayatan dan pengamalan agama.
- 2) Menumbuhkan sikap sopan santun dan berbudi pekerti luhur.
- 3) Membiasakan budaya rapi dan disiplin.
- 4) Membangkitkan rasa kebersamaan dan musyawarah.
- 5) Memotivasi belajar dikalangan siswa.
- 6) Melaksanakan PBM / bimbingan secara intensif.
- 7) Melaksanakan kegiatan pengembangan diri yang berkaitan dengan minat dan bakat siswa.
- 8) Meningkatkan semangat musabaqoh (kompetisi).
- 9) Mencintai lingkungan hidup yang bersih dan sehat.
- 10) Menumbuhkan semangat berinfaq dan bersodaqoh.
- 11) Menjalin kerja sama dengan orang tua siswa dan masyarakat.

e. Motto

“Gali Potensi, Kembangkan Kreasi, Raih Prestasi” MAN 3 BISA
:BIJAKSANA, INTELEKTUAL, SANTUN, AMANAH.

3. Identitas MAN 3 Medan

Nama : Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan
NSM : 131112710003
NPSN : 60725195
NPWP : 00.198.175.2.122.000
Alamat : Jln. Pertahanan No. 99
Kelurahan : Timbang Deli

Kecamatan : Medan Amplas
Kota : Medan – 20361
Propinsi : Sumatera Utara
Telepon : 061-7879581
Website : man3medan.sch.id
E-mail : man3medan@yahoo.com
Izin Penegrian : Nomor 5 Tahun 1997 Tanggal, 1 Maret 1997
Akreditasi : “A”, 2013-2018.

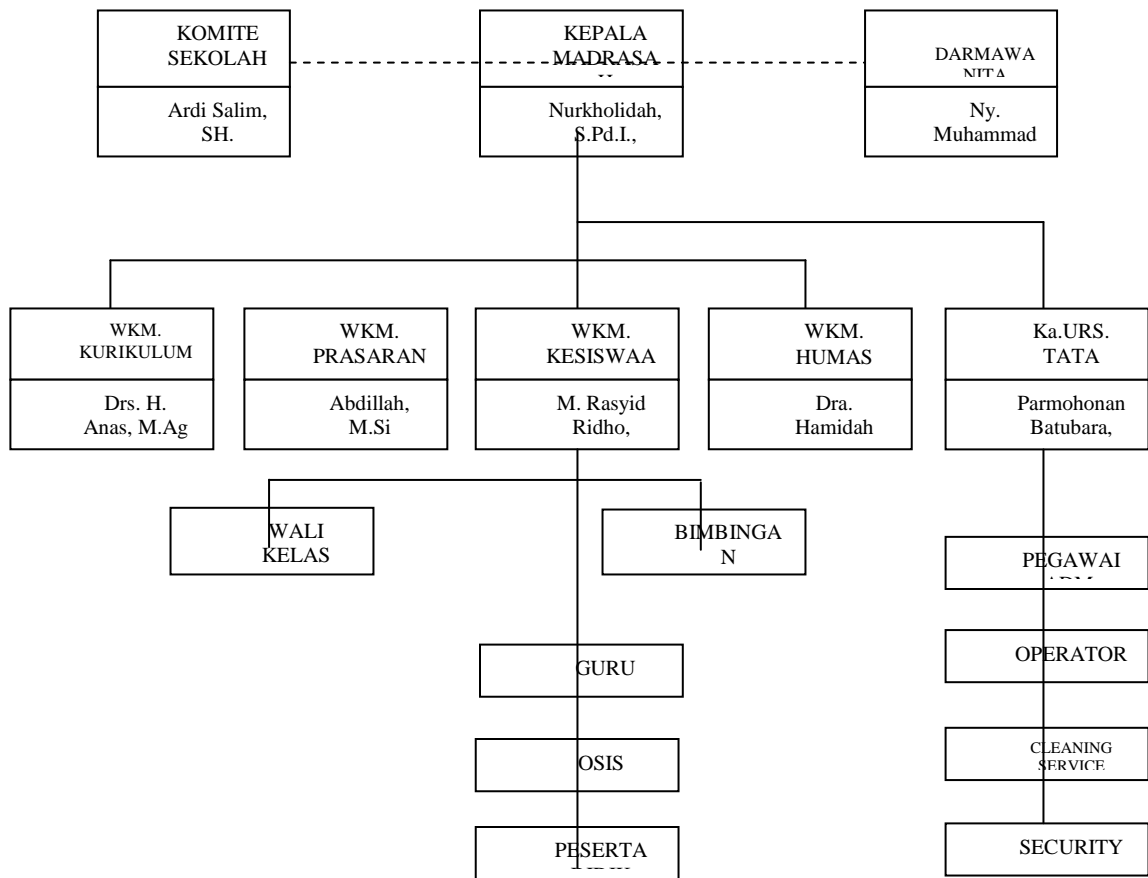
4. Lokasi

Jln. Pertahanan No. 99. Kel. Timbang Deli Kec. Medan Amplas. Kota
Medan – 20361. Propinsi Sumatera Utara.

5. Struktur Organisasi

- a. Kepala MAN 3 Medan
- b. Ka. Tata Usaha MAN 3 Medan
- c. Wakil Kepala Sekolah Bidang Kurikulum
- d. Wakil Kepala Sekolah Bidang Sarana dan Prasarana
- e. Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan
- f. Wakil Kepala Sekolah Bidang Humas Bimbingan Konseling
- g. Wali Kelas dan OSIM

STRUKTUR ORGANISASI MAN 3 MEDAN



6. Program Kerja MAN 3 MEDAN

Kelembagaan

- a. Menyempurnakan struktur organisasi
- b. Mempertegas dan memperjelas pembagian tugas setiap unsure dan personil organisasi
- c. Harmoniasai mekanisme kerja inter & antar unsur dan personil organisasi
- d. Meningkatkan profesionalisme personil organisasi
- e. Menumbuh kembangkan kemandirian

Kurikulum

- a. Peningkatan kedalaman pemahaman tentang kurikulum dengan berbagai perangkatnya
- b. Peningkatan pengembangan nilai-nilai plus, baik pada intra maupun ekstra kurikuler
- c. Meningkatkan program pembinaan mental spiritual

Ketenagaan

- a. Tercipta personil yang berkualitas dan professional
- b. Memiliki motivasi kerja yang optimal
- c. Berjiwa inovatif dengan idealisme yang tinggi
- d. Kreatif dan kritis terhadap perkembangan dan tuntutan kemajuan zaman
- e. Rasa tanggung jawab dan disiplin yang tinggi

Sarana Prasarana

- a. Peningkatan pemeliharaan
- b. Penyempurnaan sesuai dengan kebutuhan
- c. Penyediaan sarana prasarana baru
- d. Memperhatikan prinsip 8 K

Kesiswaan

- a. Menyempurnakan program kegiatan
- b. Menitikberatkan pada peningkatan mutu dan prestasi
- c. Peningkatan keimanan dan ketaqwaan
- d. Peningkatan kuantitas yang masuk perguruan tinggi
- e. Penanaman disiplin dan rasa tanggung jawab
- f. Menumbuhkan rasa bangga dan cinta almamater

Hubungan Masyarakat

- a. Menjalin hubungan kerjasama dengan berbagai unsur vertikal /horizontal
- b. Mempertahankan peranan dan kepedulian terhadap program pembangunan daerah & nasional
- c. Menumbuhkembangkan peranan organisasi alumni
- d. Penekanan pada hubungan kerjasama yang saling menguntungkan

Pengawasan Dan Evaluasi

- a. Bersifat menyeluruh
- b. Secara rutin dan incidental
- c. Terencana dan terprogram
- d. Mengarah pada pencapaian visi dan misi
- e. Mengutamakan pengawasan melekat

Tabel 1. Program Kerja Bagian Sarana Dan Prasarana

No	Jenis dan Tujuan Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Pengaturan kelas / ruang kelas yang meliputi pengaturan meja guru dan meja siswa, kursi	Dilaksanakan dan dipersiapkan pada awal tahun pelajaran	Sewaktu – waktu bisa terjadi perubahan formasi.

	guru dan kursi siswa, kursi guru dan kursi siswa, pemberian tanda atau nama ruang agar teratur dan rapi.		
2	Pengadaan alat administrasi guru dan kelas yang meliputi buku jurnal, buku absen kelas, buku absen guru mata pelajaran, buku daftar nilai guru mata pelajaran, tata tertib siswa. Tujuannya agar supaya fungsi masing – masing menjadi jelas.	Dilaksanakan dan dipersiapkan pada awal tahun ajaran	Sewaktu – waktu adanya penambahan dan penggantian alat administrasi.
3	Pengadaan alat kebersihan yang meliputi penyapu, ember, selabar, tempat cuci tangan, penyemprot nyamuk, sabun cuci, pembersih kaca, penyapu bulu, tong sampah agar supaya terjaga kebersihan semua ruangan baik ruangan kepala sekolah, ruangan tata usaha, ruang guru, ruang BP, ruang laboratorium, ruang komputer dan lain – lain.	Dilaksanakan pada awal tahun ajaran dan kontinyu	Sewaktu – waktu akan terjadi penambahan terhadap barang yang cepat habis dipakai.
4	Pengadaan alat kewanamanan seperti kunci, rantai kunci gembok, senter. Agar supaya lingkungan sekolah tetap aman dari gangguan seperti pencurian.	Dilaksanakan pada awal tahun pelajaran dan rutin	Suatu saat akan ada penggantian alat keamanan
5	Pengadaan alat penerangan seperti lampu pijar, lampu TL, lampu sorot agar supaya semua ruangan dan lingkungan sekolah selalu terang atau dengan kata lain apabila cuaca gelap maka dapat diatasi dengan alat penerangan tersebut.	Dilaksanakan pada awal tahun pelajaran dan bersifat rutin.	Suatu saat akan ada penggantian alat penerangan
6	Pengadaan alat tanda bunyi seperti bel untuk memberikan kode atau bunyi tanda masuk kelas, istirahat dan	Dilaksanakan pada awal tahun pelajaran	

	pulang.		
7	Pengadaan alat atau sound system seperti microphone, speaker, amplifier, mixer, power, wireless, tape recorder, megaphone; untuk membantu kelancaran seperti upacara dan pemberian informasi lainnya.	Dilaksanakan atau dipersiapkan pada awal tahun pelajaran	
8	Pengadaan alat elektronik seperti televisi, komputer, LCD, OHP, printer, mesin tik, mesin sheet, dan lain – lain dengan maksud untuk mempermudah dan mempercepat proses administrasi sekolah seperti pengetikan dan penyampaian administrasi maupun informasi.	Dilaksanakan dan dipersiapkan pada awal tahun pelajaran	
9	Pengadaan alat kebersihan lingkungan sekolah seperti alat <i>pemotong rumput (arit)</i> dan <i>mesin pemotong rumput</i> ; agar supaya halaman sekolah tetap terjaga bersih dan rapi.	Dilaksanakan dan dipersiapkan pada awal tahun pelajaran	
10	Pengadaan alat dan ruang internet , karena adanya program RSKM; agar supaya semua administrasi dan informasi menjadi mudah.	Dilaksanakan dan dipersiapkan pada awal tahun ajaran	

Program Unggulan

- a. Menjadi Sekolah Standar Nasional (SSN)
- b. Mengembangkan sikap dan kompetensi keagamaan
- c. Mengembangkan Potensi Siswa Berbasis Multiple Intelligence.

Program Pengembangan Sarana Prioritas

- a. Pembangunan Kantin Siswa
- b. Perbaikan dan Pengecatan Lapangan Olah Raga
- c. Pengembangan Jaringan Infrastruktur LAN (Intranet dan Internet)
- d. Pengembangan Sistem Informasi Sekolah (SIS)
- e. Melengkapi Sarana dan Prasarana Perpustakaan dan Lab Komputer
- f. Renovasi Aula
- g. Renovasi Tampilan Depan Sekolah/Gerbang Sekolah
- h. Renovasi Koridor

Sarana Dan Prasarana

- 1. Ruang belajar
- 2. Laboratorium
 - a. laboratorium bahasa
 - b. laboratorium computer
 - c. laboratorium fisika
 - d. laboratorium media

Sarana Penunjang

- a. Tempat Ibadah
- b. Perpustakaan
- c. Kantin
- d. Lapangan Olah raga
- e. Aula

Ekstrakurikuler MAN 3 Medan

- a. Kursus Kader Dakwah
- b. Pramuka Gudep 18.015-180116
- c. Marching Band Gita Bahana Melodia
- d. Paskibraka (Pamanga)
- e. Drama Dan Tari
- f. Palang Merah Remaja (078)
- g. Ekskul Basket M3M

Tabel 2.Prestasi Siswa Man 3 Medan

Data Prestasi						
NO	Nama Kegiatan	Jenis	Tingkat	Tahun	Prestasi	
1	GEBYAR EXPO RAMADHAN BIDANG MTQ	individual	kab/kota	2011	juara 1	
2	GEBYAR EXPO RAMADHAN BIDANG NASYID SOLO	individual	kab/kota	2011	juara 2	
3	GEBYAR EXPO RAMADHAN BIDANG NASYID SOLO	individual	kab/kota	2011	juara 3	
4	GEBYAR EXPO RAMADHAN BIDANG POSTER	grup	kab/kota	2011	juara 1	
5	HONDA IDOL	individual	kab/kota	2011	juara 2	
6	HONDA THE BEST STUDENT	individual	propinsi	2011	juara 3	
7	LOMBA AZAN: GEBYAR 1 MUHARRAM 1433 H	individual	kab/kota	2011	juara 3	
8	PASKIB DERAP PASKIBRA MAN 2 MODEL MEDAN KE VIII	grup	propinsi	2011	juara 3	
9	PASKIB GAP-X TINGKAT SMA/MA/SMK	grup	kab/kota	2011	juara 3	
10	LOMBA CATUR: GEBYAR HUT IKATAN PELAJAR AL-WASLIYAH ke-59	individual	kab/kota	2012	juara 1	
11	LOMBA CERDAS CERMAT TINGKAT	grup	kab/kota	2012	juara 1	

	SMA/MA FAKULTAS BAHASA ARAB UNIVERSITAS SUMATERA UTARA				
12	LOMBA PIDATO GEBYAR HUT IKATAN PELAJAR AL-WASLIYAH ke- 59	individual	kab/kota	2012	juara 3
13	MARCHING BAND KEJUARAAN 3rd PESANTREN RAUDHATUL HASANAH COMPETITION BIDANG DISPLAY	grup	propinsi	2012	juara 2
14	MARCHING BAND: KEJUARAAN 3rd PESANTREN RAUDHATUL HASANAH COMPETITION BIDANG SOLO HORN	grup	propinsi	2012	juara 2
15	OLIMPIADE AGAMA TINGKAT SMA/MA SE-SUMATERA UTARA BIDANG LOMBA SEJARAH KEBUDAYAAN ISLAM	individual	propinsi	2012	juara 3
16	OLIMPIADE AGAMA TINGKAT SMA/MA SE-SUMATERA UTARA BIDANG LOMBA FIQH	individual	propinsi	2012	juara 2
17	OLIMPIADE SAINS TINGKAT MA SE- PROPINSI SUMATERA UTARA MATA LOMBA FISIKA	individual	propinsi	2012	juara 2
18	OLIMPIADE SAINS TINGKAT MA SE KOTA MEDAN MATA LOMBA FISIKA	individual	kab/kota	2012	juara 1
19	PASKIB AJANG KREATIFITAS SISWA ke-4 SMAN 8 MEDAN BIDANG LOMBA TARI KOMANDO	grup	kab/kota	2012	juara 1
20	PRAMUKA: GIAT TERAMPIL PRAMUKA KE-II GERAKAN PRAMUKA KWARAN MEDAN POLONIA BIDANG KETRAMPILAN PUTRA	grup	kab/kota	2012	juara 1
21	PRAMUKA: GIAT TERAMPIL PRAMUKA KE-II KWARAN MEDAN POLONIA BIDANG KETRAMPILAN PUTRI	grup	kab/kota	2012	juara 2
22	PRAMUKA: GIAT TERAMPIL PRAMUKA KE-II KWARAN MEDAN POLONIA BIDANG SCOUTING SKILL PUTRA	grup	kab/kota	2012	juara 2
23	PRAMUKA: LOMBA HIGHROPE TINGKAT SMA/MA PT. JASA MARGA	grup	kab/kota	2012	juara 1

	Tbk. CABANG BELMERA MEDAN				
24	AKSIOMA	grup	propinsi	2013	juara 1
25	AKSIOMA	individual	propinsi	2013	juara 1
26	AKSIOMA LARI 400 M	individual	kab/kota	2013	juara 2
27	AKSIOMA LARI 400 M	individual	kab/kota	2013	juara 1
28	AKSIOMA OLIMPIADE GEOGRAFI	individual	propinsi	2013	juara 1
29	LOMBA CIPTA PUISI	individual	kab/kota	2013	juara 3
30	LOMBA FUTSAL MAN CUP	grup	kab/kota	2013	juara 3
31	LOMBA LKBB GAP KE XII	grup	kab/kota	2013	juara 3
32	LOMBA VOLLY TINGKAT SMA/MA/MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH IAIN SUMATERA UTARA	grup	kab/kota	2013	juara 2
33	MARCHING BAND DISPLAY, PORKOT KOTA MEDAN	grup	kab/kota	2013	juara 3
34	MARCHING BAND ENDURO, PORKOT KOTA MEDAN	grup	kab/kota	2013	juara 2
35	MARCHING BAND LKBB, PORKOT KOTA MEDAN	grup	kab/kota	2013	juara 1
36	MARCHING BAND SPEED MARCH, PORKOT KOTA MEDAN	grup	kab/kota	2013	juara 1
37	PRAMUKA PUTRA MUHARRAM FUN WALK 1435 H	grup	kab/kota	2013	juara 1
38	PRAMUKA PUTRI MUHARAM WALK 1435 H	grup	kab/kota	2013	juara 2
39	PRAMUKA: GERAKAN PRAMUKA KWARAN MEDAN POLONIA	Grup	kab/kota	2013	juara 3
40	PRAMUKA: KEMAH BUDAYA PRAMUKA KWARAN MEDAN POLONIA BIDANG LOMBA RAKIT HIAS	Grup	kab/kota	2013	juara 3
41	PRAMUKA: LOMBA GERAK JALAN SANTAI / MUHARRAM FUN CLUB	Grup	kab/kota	2013	juara 1
42	PRAMUKA: LOMBA GERAK JALAN SANTAI PUTRI/ MUHARRAM FUN CLUB	Grup	kab/kota	2013	juara 2
43	PRAMUKA: LOMBA KARAPAN PRAMUKA KWARAN MEDAN POLONIA	Grup	kab/kota	2013	juara 1
44	PASKIB: JUARA FORMASI GERLAB PASJUDAN TAHUN 2014	Grup	propinsi	2014	juara 3
45	PRAMUKA: GERAK JALAN TK SMA PUTRI	Grup	kab/kota	2014	juara 3
46	PRAMUKA: LOMBA GERAK JALAN TK SMA	Grup	kab/kota	2014	juara 3

47	ENGLISH CLUB, LOMBA PIDATO BHS. INGGRIS	individual	kab/kota	2015	juara 1
48	ENGLISH CLUB, POETRY RECITING OLIMPIADE BHS INGGRIS I, FS.UISU	individual	kab/kota	2015	juara 3
49	KALIGRAFI, GEBYAR MUHARRAM, PAKAM	individual	kab/kota	2015	juara 2
50	KKD, LOMBA MTQ PUTRA GEBYAR MUHARRAM, PAKAM	individual	kab/kota	2015	juara 2
51	KKD, LOMBA MTQ PUTRI GEBYAR MUHARRAM, PAKAM	individual	kab/kota	2015	juara 2
52	OLIMPIADE PAI FIKIH, IGDA RPOV.SUM.UTARA	individual	propinsi	2015	juara 1
53	OLIMPIADE PAI; QURAN HADIS, IGDA RPOV.SUM.UTARA	individual	propinsi	2015	juara 1
54	OLIMPIADE PAI; QURAN HADIS, IGDA RPOV.SUM.UTARA	individual	propinsi	2015	juara 2
55	OLIMPIADE PAI; SKI, IGDA RPOV.SUM.UTARA	individual	propinsi	2015	juara 1
56	KEJUARAAN ANGGAR PELAJAR PPLP, PPLD, SOLO, BOYOLALI	individual	nasional	2015	juara 3
57	ENGLISH CLUB, DEBATE COMPETITION OLIMPIADE BHS INGGRIS I, FS.UISU	Grup	kab/kota	2015	juara 2
58	MARCHING BAND; BRASS ESSEMBLE, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTESHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 3
59	MARCHING BAND; COLOUR GURAD CONTEST, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTESHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 1
60	MARCHING BAND; JUARA UMUM, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTESHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 3
61	MARCHING BAND; LOMBA BATTLE DRUM, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTESHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 3
62	MARCHING BAND; LOMBA DISPLAY, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTESHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 2
63	MARCHING BAND; LOMBA PARADE, RMMC CUP 2015, DIVISI FORTSHIMO	Grup	propinsi	2015	juara 3
64	PASKIB DIVISI A FLASHMOB GAP KE XIV 2015	grup	kab/kota	2015	juara 1
65	PASKIB, LOMBA PBB TK	grup	kab/kota	2015	juara 2

	SMA/SMK/MA ASAP 2015 SMK N 7 MEDAN				
66	PASKIB, LOMBA TARI KREASI TK SMA/SMK/MA ASAP 2015 SMK N 7 MEDAN	grup	kab/kota	2015	juara 2
67	PMR, GERAK JALAN BEREKU PMR WIRA PMI KOTA MEDAN 2015	grup	kab/kota	2015	juara 3
68	PMR; PRESENTASI KEPALANGMERAH WIRA KREASI PMR SE-SUMATERA UTARA VII, UNIMED	grup	propinsi	2015	juara 2
69	PRAMUKA, LOMBA GERAK JALAN PI, GEBYAR MUHARRAM PAKAM	grup	kab/kota	2015	juara 3
70	SEPAK BOLA; TURNAMEN UIN-SU CUP II	grup	kab/kota	2015	juara 3
71	VOLLEY PUTRA; TURNAMEN UIN-SU CUP II	grup	kab/kota	2015	juara 2
72	VOLLEY PUTRI; TURNAMEN UIN-SU CUP II	grup	kab/kota	2015	juara 2
73	CLUB SOSIAL, LKTI GOES FAIR 2016, IMAHAGI UNIMED	individual	propinsi	2016	Juara 1
74	CLUB SOSIAL, LOMBA ESAI, GOES FAIR 2016, IMAHAGI UNIMED	grup	provinsi	2016	Juara 1
75	CLUB SOSIAL, THE BEST PRESENTASI GOES FAIR 2016, IMAHAGI UNIMED	grup	provinsi	2016	Juara 1
76	KKD MUSABAQAH MSQ	grup	kab/kota	2016	Juara 1
77	MARCHING BAND, LOMBA KIRAB, LANGKAT	grup	provinsi	2016	Juara 1
78	PASKIB LOMBA LKBB KAPAS OPEN CUP 2016	grup	kab/kota	2016	Juara 3
79	PASKIB LOMBA TARI KREASI KAPAS OPEN CUP 2016	grup	kab/kota	2016	Juara 3
80	PMR KSR PMI STIKES MEDAN	individual	Kab/kota	2016	Juara 2
81	PRAMUKA, LKBB PUTRA	grup	provinsi	2016	Juara 2
82	PRAMUKA, LOMBA CERDAS TANGKAS PRAMUKA	grup	Kab/kota	2016	Juara 1
83	PRAMUKA, SCOUTING SKILL PUTRA	grup	Kab/kota	2016	Juara 3
84	PRAMUKA, SCOUTING SKILL PUTRI	grup	Kab/kota	2016	Juara 1
85	PRAMUKA, SENAM PUTRI	grup	Kab/kota	2016	Juara 3
86	KKD, Lomba Syarhil Qur'an	grup	Kab/kota	2017	Juara 1
87	KIR: MAN 2 EXPO PURE LANGUAGE FULL OF COLORS	grup	kab/kota	2017	juara 3

88	MARCHING BAND: KEJURDA DISPORA SUMUT	grup	propinsi	2017	juara 1
89	NASYID AN-NAJAH	grup	kab/kota	2017	juara 1
90	PASKIB, ASAP V SMK 7 MEDAN	grup	kab/kota	2017	juara 3
91	PMR, LOMBA JUMBARA PMR - PMI KOTA MEDAN	grup	kab/kota	2017	juara 1
92	PMR, LOMBA JUMBARA, PEMBUATAN MADING	grup	kab/kota	2017	juara 2
93	PMR. JUARA PENTAS SENI	grup	kab/kota	2017	juara 2
94	PRAMUKA, JUARA LOMBA LCTP PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 3
95	PRAMUKA, JUARA LOMBA LKBB PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 2
96	PRAMUKA, JUARA LOMBA PIONERING PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 2
97	PRAMUKA, JUARA LOMBA PIONERING PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 3
98	PRAMUKA, JUARA LOMBA PIONERING PUTRI, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 2
99	PRAMUKA, JUARA LOMBA SCOUTING SKILL PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 3
100	PRAMUKA, JUARA LOMBA SCOUTING SKILL PUTRI, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 2
101	PRAMUKA, JUARA LOMBA SENAM PUTRA, GIAT TERAMPIL KE VIII	grup	kab/kota	2017	juara 2
102	PASKIB, GAP KE-XVI JUARA DEVILE	Grup	kab/kota	2018	juara 3
103	PASKIB, GAP KE-XVI JUARA FORMASI	Grup	kab/kota	2018	juara 2
104	PASKIB, GAP KE-XVI JUARA LKBB	Grup	kab/kota	2018	juara 3

**Tabel 3. Daftar Prestasi Siswa/Siswi Man 3 Medan
Tahun Ajaran 2014/2015**

	EKSKUL	Jenis Kegiatan / Perlombaan	Pelaksana	Tingkat	Prestasi yang diari h
--	---------------	------------------------------------	------------------	----------------	------------------------------

1	CLUB SOSIAL	AKSIOMA KOTA MEDAN / KSM GEOGRAFI	KEMENAG PROV SU MEDAN	PROVINSI	JUARA 1
2	MARCHING BAND	SPEED MARCH	PEMKO KOTA MEDAN	KOTA MEDAN	JUARA 1
3	MARCHING BAND	ENDURO	PEMKO KOTA MEDAN	KOTA MEDAN	JUARA 2
4	MARCHING BAND	LKBB	PEMKO KOTA MEDAN	KOTA MEDAN	JUARA 1
5	MARCHING BAND	DISPLAY	PEMKO KOTA MEDAN	KOTA MEDAN	JUARA 3
6	BADMINTON	AKSIOMA KOTA MEDAN	KEMENAG PROV SU MEDAN	PROVINSI	JUARA 1
7	BADMINTON	AKSIOMA KOTA MEDAN	KEMENAG PROV SU MEDAN	PROVINSI	JUARA 1
8	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA TARI KREASI PASKIB	SMK 1 PERCUT SEI TUAN	KOTA MEDAN	JUARA HARAPAN 1
9	PS MAN 3 MEDAN	LOMBA FUTSAL MAN CUP	MAN LUBUK PAKAM	KAB / KOTA	JUARA 3
10	PRAMUKA	LOMBA GERAK JALAN SANTAI/ MUHARRAM FUN WALK	SMA AN-NIZAM	KOTA MEDAN	JUARA 1
11	PRAMUKA	LOMBA GERAK JALAN SANTAI/ MUHARRAM FUN WALK	SMA AN-NIZAM	KOTA MEDAN	JUARA 2
12	PRAMUKA	LOMBA GERAK JALAN SANTAI/ MUHARRAM	SMA AN-NIZAM	KOTA MEDAN	JUARA 2

		FUN WALK			
1 3	KIR MAN 3 MEDAN	LOMBA KARYA TULIS ANTAR SISWA SE- SUMUT	BNN SUMUT	PROVI NSI	JUA RA HAR APA N 1
1 4	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA LKBB GAP KE XII	SMAN 5 MEDAN	KOTA MEDA N	JUA RA 3
1 5	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA TARI KREASI PASKIB	SMAN 5 MEDAN	KOTA MEDA N	JUA RA HAR APA N 2
1 6	SENI DAN NASYID MAN 3 MEDAN	LOMBA NASYID DAN SYIAR ISLAM	REMAJA MASJID IMMIM GARU 2 MEDAN	KECA MATA N	JUA RA 1
1 7	SENI DAN NASYID MAN 3 MEDAN	LOMBA KALIGRAFI	REMAJA MASJID IMMIM GARU 2 MEDAN	KECA MATA N	JUA RA 2
1 8	SENI DAN NASYID MAN 3 MEDAN	LOMBA KALIGRAFI	REMAJA MASJID IMMIM GARU 2 MEDAN	KECA MATA N	JUA RA 3
1 9	PRAMUKA	LOMBA MEMBUAT LAYANG- LAYANG	SMA NEGERI 11 MEDAN	KECA MATA N	JUA RA 1
2 0	PRAMUKA	LOMBA MASAKAN DAERAH	SMA NEGERI 11 MEDAN	KECA MATA N	JUA RA 2
2 1	SENI DAN NASYID MAN 3 MEDAN	GENKSI III TAHUN 2014	MAN TANJUNG MORAWA	KECA MATA N	JUA RA 1
2 2	CLUB SAINS	GENKSI III TAHUN 2014	MAN TANJUNG MORAWA	KECA MATA N	JUA RA 1
2 3	CLUB SAINS	GENKSI III TAHUN 2014	MAN TANJUNG MORAWA	KECA MATA N	JUA RA 3

24	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA FORMASI PENGIBARAN BENDERA	SMP 17 MEDAN	PROVI NSI	JUA RA 3
25	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA LKBB GERLAP PASJUDAN	SMP 17 MEDAN	PROVI NSI	JUA RA HAR APA N 2
26	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA TARI KREASI PASJUDAN	SMP 17 MEDAN	PROVI NSI	JUA RA HAR APA N 2
27	PRAMUKA	LOMBA GERAK JALAN TK SMA PUTRI	REMAJA MASJID AL- MADINAH	KOTA MEDA N	JUA RA 3
28	PRAMUKA	LOMBA SCOUTING SKILL PENEGAK PUTRA	KWARAN MEDAN POLONIA	KOTA MEDA N	JUA RA 2 HAR APA N
29	PRAMUKA	LOMBA LKBB PENEGAK PUTRI	KWARAN MEDAN POLONIA	KOTA MEDA N	JUA RA 2 HAR APA N
30	PRAMUKA	LOMBA LKBB PUTRA	KWARAN MEDAN POLONIA	KOTA MEDA N	JUA RA 2 HAR APA N
31	MARCHING BAND	KONTES COLOR GUARD	AKPAR MEDAN EXTRAVAG ANZA	REGIO NAL	JUA RA 2
32	MARCHING BAND	KELAS DRUM CORPS DISPLAY	AKPAR MEDAN EXTRAVAG ANZA	REGIO NAL	JUA RA 1 HAR APA N
33	MARCHING BAND	KELAS DRUM CORPS KIRAB	AKPAR MEDAN EXTRAVAG ANZA	REGIO NAL	JUA RA 2 HAR APA N

34	KIR MAN 3 MEDAN	Honda Best Student	Honda	PROVINSI	JUARA 1 HARAPAN
35	PRAMUKA	lomba fotografi	Dinas Kehutanan	PROVINSI	Juara 3
36	PRAMUKA	Lomba Lintas Alam	Dinas Kehutanan	PROVINSI	Harapan 2
37	PASKIB MAN 3 MEDAN	Gelar Aksi Paskibra Kota Medan	Pakibra Kota Medan	KOTA MEDAN	Juara Harapan 2
38	Sosial Club	Cerdas Cermat	Fak. Hukum USU	KOTA MEDAN	Juara Harapan 1
39	Science Club	Cerdas Cermat	USU	Propinsi	Juara I
40	PASKIB MAN 3 MEDAN	LOMBA FORMASI PENGIBARAN BENDERA	MAN 2 Medan	SLTA/MA dan PT	Juara Harapan 3
41	PASKIB MAN 3 MEDAN	Tari Komando	MAN 2 Medan	SLTA/MA dan PT	Juara I
42	MARCHING BAND	KIRAB	USU	DAERAH	JUARA 1
43	MARCHING BAND	KONTES COLOR GUARD	USU	DAERAH	JUARA 1
44	MARCHING BAND	DISPLAY	USU	DAERAH	JUARA 1
45	MARCHING BAND	DRUM BATTLE	USU	DAERAH	JUARA 2
46	MARCHING BAND	MARCHING BAND	USU	DAERAH	JUARA UMUM

B. TEMUAN KHUSUS PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah yang telah peneliti paparkan pada BAB sebelumnya, maka pada BAB IV peneliti membahas Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengurangi Kejenuhan Siswa Saat Belajar Melalui *Ice Braking* di MAN 3 MEDAN dan faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar.

1. Faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 MEDAN.

Penerapan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam dunia pendidikan. Hal ini disebabkan karena dalam melaksanakan proses belajar mengajar, siswa kerap memiliki masalah dari luar ataupun dari dalam diri tersebut. Untuk itu bimbingan dan konseling disekolah dibutuhkan agar dapat menyelesaikan masalah dan mengembangkan potensi siswa secara optimal. Untuk mengetahui apa saja penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar, dalam hal ini dilakukan dengan wawancara dengan beberapa informan yaitu guru BK, dan 3 siswa kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN yang mengalami kejenuhan saat belajar.

Kesulitan dan rendahnya prestasi belajar merupakan salah satu penyebab yang menjadi sorotan terutama siswa kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN. Salah satu penyebab kesulitan dan rendahnya prestasi belajar adalah timbulnya rasa jenuh dan bosan saat belajar. Pada umumnya, siswa mengalami kejenuhan ketika dihadapkan pada pelajaran yang dianggap sulit, saat presentasi di depan kelas, berorientasi untuk mendapatkan nilai yang tinggi, dan proses belajar mengajar

yang monoton.Kejenuhan dapat dialami siapapun dan dimana pun, termasuk juga oleh para siswa kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN.

Untuk mengetahui apa saja faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar dan apakah kejenuhan siswa saat belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa disekolah. Maka dalam hal ini dilakukan wawancara dengan beberapa informan, yaitu: guru BK dan tiga siswa yang mengalami kejenuhan saat belajar yaitu kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN yang merupakan sample dari penelitian ini.

a. Apa sajakah faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 MEDAN?

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Widya Astuti selaku guru BK di MAN 3 Medan mengenai apa saja faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 Medan pada hari Selasa, 16 Juli 2019, pukul 08.30 WIB diruangan BK, beliau menyatakan:

“Menurut saya banyak faktor-faktor penyebab timbulnya kejenuhan pada diri siswa kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN diantaranya seperti suasana pembelajaran dalam kelas yang monoton, suasana kelas yang tidak kondusif saat pelajaran berlangsung, kurang menariknya materi yang diberikan guru kelas, cara atau metode belajar yang tidak bervariasi, rasa bosan dan lelah yang timbul dikarekan harus memaksakan diri untuk mencoba mengerti materi yang disampaikan oleh guru dihari itu juga, serta tuntutan dari orang tua untuk memperoleh nilai tertinggi. Begitu juga sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes, kurang berkompeten merupakan sumber penyebab

timbulnya kejenuhan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru di MAN 3 MEDAN.⁴²

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Widya Astuti selaku guru BK di MAN 3 Medan menyatakan banyak faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar. Diantaranya seperti kurang menariknya materi yang disampaikan guru, metode belajar yang tidak bervariasi, sikap dan perlakuan guru terhadap siswa yang dianggap kurang bersahabat seperti galak, cerewet, dan suasana kelas yang tidak kondusif saat jam pelajaran dimulai.

b. Apakah ada pengaruh kejenuhan siswa saat belajar terhadap prestasi belajar siswa disekolah?

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Amelia dan ibu Widya Astuti selaku guru BK di MAN 3 MEDAN mengenai apakah ada pengaruh kejenuhan siswa saat belajar terhadap prestasi belajar siswa di MAN 3 MEDAN pada hari selasa, 16 Juli 2019, pukul 09.00 WIB di ruangan BK, beliau menyatakan:

“Menurut saya sangat berpengaruh karena, pertama: jika siswa tidak bisa konsentrasi didalam kelas saat jam pelajaran berlangsung maka bagaimana siswa bisa mengerti apa yang disampaikan guru didepan kelas. Kedua, guru yang terlalu galak bisa membuat siswa merasa terancam dan ketakutan akibat sikap guru tadi sehingga siswa pun hanya fokus untuk terlihat konsentrasi padahal pikirannya sudah kemana mana. Dan ketiga, ketika guru salah dalam mengambil metode dalam pembelajaran yang mengakibatkan siswa merasa bosan belajar. Keempat, siswa tidak menyukai mata pelajaran yang mereka anggap sulit dipahami atau

⁴²Wawancara dengan guru BK MAN 3 MEDAN Ibu Widya Astuti di ruang BK MAN 3 MEDAN (pada hari selasa, 16 Juli 2019 pukul 08.30 WIB)

dikerjakan. Dengan memiliki kejenuhan belajar seperti itu dapat mengakibatkan siswa males untuk belajar dan akhirnya prestasi siswa tidak menonjol”.⁴³

Selanjutnya ditambahkan oleh ibu Widya Astuti selaku guru BK di MAN 3 MEDAN, pada hari Selasa, 16 Juli 2019 pukul 09.00 WIB di ruangan BK, beliau menyatakan:

“Sangat berpengaruh la menurut saya, karena mereka kan sudah kelas XII jadi mereka harus benar-benar belajar agar bisa lulus nantinya dan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi agar bisa menggapai cita-cita mereka. Gimana mau pintar kalau mereka belajarnya tidak fokus. Sulit memang untuk bisa fokus belajar kalau suasana dalam kelas tidak menyenangkan dan asik untuk belajar, yang ada mereka malah bosan belajar”.⁴⁴

Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua guru BK tersebut menggambarkan bahwa kejenuhan belajar sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa disebabkan oleh faktor siswa mengalami kejenuhan belajar karena sikap guru, siswa yang sulit berkonsentrasi pada saat jam pelajaran berlangsung, siswa yang tidak mengerti dengan pelajaran yang diajarkan karena lebih banyak menggunakan metode ceramah sehingga membuat siswa merasa jenuh, bosan, dan malas-malasan saat jam pelajaran berlangsung.

Dari hasil wawancara dengan salah satu siswa AS kelas XII MIA 1 yang mengalami kejenuhan saat belajar, beliau menyatakan:

“Menurut saya kejenuhan belajar sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar saya kak, dikarenakan saya merasa tidak mampu untuk mengikuti pelajaran, saya tidak paham dengan pelajaran matematika yang membahas angka-angka dan

⁴³Wawancara dengan guru BK MAN 3 MEDAN Ibu Amelia di ruang BK MAN 3 MEDAN (pada hari Selasa, 16 Juli 2019 pukul 09.00 WIB)

⁴⁴Wawancara dengan guru BK MAN 3 MEDAN Ibu Widya Astuti di ruang BK MAN 3 MEDAN (pada hari Selasa, 16 Juli 2019 pukul 09.00 WIB)

rumus-rumus karena dari awal saya tidak konsentrasi jadi saya menganggap saya tidak mampu mengerjakannya dan akhirnya saya hanya main-main saja saat jam pelajaran itu berlangsung, juga pada saat guru menerangkan dengan metode ceramah itu benar-bener bikin bosan kak, terus lebih parahnya lagi kalau guru yang masuk kelas itu galak udalah bosan kali itu dalam kelas rasanya kak”.⁴⁵

Selanjutnya ditambahkan oleh AD siswa kelas XII MIA 1 yang mengalami kejenuhan belajar, menyatakan:

“Berpengaruhlah kak, saya tidak mengerti dengan penyampaian guru saat belajar yang monoton kak, guru terlalu cepat dalam menjelaskan materinya disini kadang saya merasa bosan dan akhirnya hanya berdiam diri dibangku saya duduk, perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes, itulah yang membuat saya disekolah kurang berprestasi karena hari hari saya ngerasa gak ada kemajuan dan benar benar ngerasa jenuh banget kak didalam kelas.”⁴⁶

Dan ditambahkan oleh DD siswa kelas XII MIA 1 yang mengalami kejenuhan saat belajar, menyatakan:

“Berpengaruh lah kak pasti, kalau kebanyakan jenuh dan bosan saat belajar gimana mau paham dengan apa yang disampaikan guru, yang ada malah ngantuk atau ngobrol sama temen sebangku kak. Jangankan untuk paham kak, niat untuk mengikuti pelajaran dikelas aja drastis menurun kak, malah gurunya suka ngasih tugas rumah lagi kak”.⁴⁷

Dari hasil wawancara dengan ketiga siswa kelas XII MIA 1 tersebut, mengakui bahwa kejenuhan belajar siswa memang berpengaruh terhadap prestasi siswa disekolah yang dikarenakan oleh faktor-faktor siswa mengalami kejenuhan saat belajar yaitu guru yang terlalu galak judes didalam kelas, metode mengajar yang

⁴⁵Wawancara dengan siswa AS kelas XII Musholah MAN 3 Medan (pada hari rabu , 17 juli 2019 pukul 11.00 WIB)

⁴⁶Wawancara dengan siswa AD kelas XII Mushollah MAN 3 Medan (pada hari rabu , 17 juli 2019 pukul 11.00 WIB)

⁴⁷Wawancara dengan siswa DD kelas XII di Musholah MAN 3 Medan (pada hari rabu , 17 juli 2019 pukul 11.00 WIB)

tidak menarik, suasana kelas yang tidak kondusif, harus memaksakan diri untuk mengerti apa yang diajarkan guru didalam kelas.

2. Peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan

Pada saat ini hampir seluruh lembaga pendidikan sudah memiliki guru pembimbing dan konseling disekolah. Usaha ini dilakukan karena guru pembimbing dipandang sebagai salah satu unsur yang dapat memantu proser pendidikan. Disamping itu telah banyak contoh yang menunjukkan bahwa keberadaan siswa guru pembimbing dapat lebih intensif untuk menangani siswa-siwi yang megalami masalah maupun tidak bermasalah.

Berperan penting untuk membina sikap siswa-siswi disekolah dari sekian banyak guru bidang studi, guru BK lah yang sangat berperan penting yang dimana seorang guru BK memberikan pemahaman kepada klien, agar klien mampu mengatasi masalah yang dihadapinya, mengadakan perubahan tingkah laku positif, melakukan pemecahan masalah, melakukan pengambilan keputusan yang sesuai dan tidak dan tidak melanggar peraturan.

Guru BK berperan dalam berbagai upaya untuk mengungkapkan masalah yang dihadapi bagi siswa yang memiliki masalah dalam hal pribadi terutama dengan masalah kejenuhan siswa saat belajar di MAN 3 Medan. Salah satu keberhasilan guru BK terlihat dari bagaimana telah dilakukannya *ice breaking* didalam kelas maupun diluar kelas untuk mengurangi kejenuhan saat

belajar. Untuk mengetahui bagaimana upaya guru BK di MAN 3 Medan dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* maka dilakukan wawancara dengan siswa yang mengalami kejenuhan saat belajar.

a. Bagaimana peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 MEDAN?

Untuk mengetahui upaya guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 MEDAN. Maka dalam hal ini dilakukan wawancara dengan ketiga siswa yang mengalami kejenuhan saat belajar yaitu kelas XII MIA 1 MAN 3 MEDAN yang merupakan sample dari penelitian ini.

Berdasarkan wawancara dengan AS kelas XII MIA 1 MAN 3 Medan. Mengenai peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* pada hari kamis 18 Juli 2019, di dalam Mushollah MAN 3 Medan. Beliau mengatakan:

“Menurut saya upaya guru BK di MAN 3 Medan ini sudah cukup baik dalam mengurangi kejenuhan belajar para siswa di sekolah ini melalui *ice breaking*, karena mereka begitu antusias dalam berupaya mengeluarkan ide-ide kreatif untuk mencari jenis *ice breaking* apa yang mau diterapkan untuk membantu mengentaskan masalah kejenuhan belajar saya di sekolah”.⁴⁸

Selanjutnya ditambahkan oleh AD, beliau menyatakan:

⁴⁸ Wawancara dengan siswa AS kelas XII di Mushollah MAN 3 Medan (pada hari kamis , 18 juli 2019 pukul 11.00 WIB)

“Upaya guru BK disekolah saya dalam mengurangi kejenuhan saat belajar sangat saya suka, karena saya dan teman-teman dikelas benar-bener terhibur dengan diterapkannya *ice breaking* disekolah kami. Jadi jujur saja saya sangat terbantu dengan upaya guru BK disekolah ini untuk membantu kami dalam mengurangi rasa jenuh yang kami rasakan saat belajar”.⁴⁹

Ditambahkan oleh DD, beliau mengatakan:

“Saya pribadi sangat terbantu dengan peran guru BK menerapkan *ice breaking* kak, karna dengan adanya *ice breaking* bisa membuat saya merasa terhibur dan jenuh saat saya belajar tadi itu hilang begitu saja. Dan pikiran pun serasa segarkembali saat pelajaran akan dimulai ya walaupun kadang rasa bosan dan jenuh itu datang kembali”.⁵⁰

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan ketiga siswa diatas yang mengenai upaya guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa di MAN 3 Medan melalui *ice breking* ternyata benar-benar bisa membantu mereka dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar dikarenakan mereka terhibur atas diterapkannya *ice breaking* tersebut.

b. Apakah ada kendala dalam menerapkan *ice breaking* dan apakah *ice breaking* berhasil dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar di MAN 3 MEDAN?

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Amelia dan ibu widya Astuti selaku guru BK di MAN 3 Medan mengenai kendala dalam menerapkan *ice*

⁴⁹ Wawancara dengan siswa AD kelas XII di Mushollah MAN 3 Medan (pada hari Kamis, 18 Juli 2019 pukul 11.00 WIB)

⁵⁰ Wawancara dengan siswa DD kelas XII di Mushollah MAN 3 Medan (pada hari Kamis, 18 Juli 2019 pukul 11.00 WIB)

breaking dan apakah *ice breaking* berhasil dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa di ruangan BK, beliau menyatakan:

“Menurut saya tidak ada kendala dalam menerapkan *ice breaking* di MAN 3 Medan ini, karena mereka para siswa-siswi pun begitu antusias mengikuti *ice breaking* yang dilaksanakan, dan menurut saya berhasil ya karena setelah dilakukan *ice breaking* mereka kembali bersemangat lagi untuk mengikuti pelajaran selanjutnya”⁵¹.

Ditambahkan oleh ibu widya astuti, beliau menyatakan:

“Tidak ada kendala ya, justru mereka senang sekali dengan adanya *ice breaking* ini. Karena setidaknya sedikit beban jenuh dan rasa bosan yang melanda pikiran mereka tadi hilang seketika, karena mereka bisa tertawa ria walaupun harus melanjutkan pelajaran lagi. Dan menurut saya *ice breaking* ini berhasil dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa disekolah ini. Yang pasti semua usaha yang dilakukan harus ada kerjasama dengan guru bidang studi.”⁵²

Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua guru BK tersebut mengenai kendala dalam menerapkan *ice breaking* dan apakah *ice breaking* tersebut berhasil dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar di MAN 3 Medan. Ternyata tidak ada kendala dalam menerapkan *ice breaking* di MAN 3 Medan, dan bahkan setiap *ice breaking* diterapkan ternyata berhasil membuat siswa terhibur dan mengurangi kejenuhan yang dirasakan siswa. Dan mereka kembali bersemangat untuk mengikuti pelajaran. Dan guru BK bekerja sama dengan guru bidang studi agar kejenuhan belajar siswa dapat berkurang.

C. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

⁵¹Wawancara dengan guru BK MAN 3 Medan ibu Ameliadi ruang BK (pada hari Jumat, 19 Juli 2019 pukul 11.00 WIB)

⁵²Wawancara dengan guru BK MAN 3 Medan ibu Widya Astuti ruang BK MAN 3 Medan (pada hari Jumat, 19 Juli 2019 pukul 11.00 WIB)

Menurut Hakim menyatakan, faktor penyebab kejenuhan belajar pada umumnya disebabkan karena adanya proses yang monoton (tidak bervariasi) dan telah berlangsung sejak lama. Adapun faktor umum yang menyebabkan kejenuhan belajar adalah sebagai berikut:

1. Cara atau Metode Belajar yang tidak Bervariasi.
Seringkali siswa tidak menyadari bahwa cara belajar mereka sejak sekolah dasar hingga perguruan tinggi tidak berubah-ubah.
2. Belajar hanya di tempat tertentu.
Belajar hanya di tempat tertentu dengan kondisi ruang, seperti letak meja, kursi kondisi ruang yang tidak berubah-ubah dapat menimbulkan kejenuhan belajar.
3. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.
Suasana yang diperlukan oleh siswa tentu saja suasana yang menimbulkan ketenakngan berfikir. Sangat perlu diketahui bahwa setenang apapun lingkungan tempat belajar, bila suasananya tidak berubah-ubah sejak lama, mungkin saja dapat menimbulkan kejenuhan belajar. Jadi setenang apapun ruang belajarnya, belum tentu dapat selalu menunjang keberhasilan belajar.
4. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.
Sebagaimana halnya dengan aktivitas fisik, proses berfikir yang merupakan aktifitas mental kita dapat menimbulkan kelelahan, dan kelelahan tersebut membutuhkan juga istirahat dan penyegaran (*refreshing*).

Adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut dapat menimbulkan kelelahan mental berlebihan. Selanjutnya kelelahan tersebut dapat menimbulkan kejenuhan belajar dengan intensitas yang sangat kuat.⁵³

Kejenuhan saat belajar sangat umum terjadi pada siswa dalam kehidupan. Kejenuhan belajar merupakan suatu keadaan yang dapat menghambat proses belajar siswa. Kejenuhan saat belajar terjadi akibat faktor internal maupun eksternal. Faktor internal berupa rasa bosan dan jenuh saat belajar dalam keadaan suasana pembelajaran dalam kelas yang monoton, suasana kelas yang tidak kondusif saat pelajaran berlangsung, kurang menariknya materi yang diberikan

⁵³Hakim T. (2004). *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara, hal:80

guru kelas, cara atau metode belajar yang tidak bervariasi, rasa bosan dan lelah yang timbul dikarekan harus memaksakan diri untuk mencoba mengerti materi yang disampaikan oleh guru pada dihari itu.

Begitu juga sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes, dan cuek. Sedangkan faktor eksternal adalah gangguan dari teman serta tuntutan dari orang tua untuk memperoleh nilai tertinggi.Kejenuhan belajar tidak hanya terjadi akibat kejenuhan pada diri sendiri, tetapi juga karna jenuh dan bosan dengan pelajaran dan guru disekolah yang masuk pada kelas disekolah.

Berdasarkan hasil wawancara yang saya lakukan sebagai peneliti dengan guru BK dan siswa-siswi mengenai kejenuhan saat belajar ternyata kejenuhan yang dialami siswa saat belajar sangat berpengaruh terhadap prsetasi siswa disekolah. Oleh karena itu seharusnya guru BK dan guru bidang studi bekerja sama dengan baik demi mengurangi kejenuhan belajar.

Sekolah harus mengarahkan siswa pada pemikiran yang positif kejenuhan saat belajar yang dialami siswa-siswi disekolah ini dapat berkurang.Dari hasil observasi yang penulis lakukan siswa sudah dapat menunjukkan bagaimana mengurangi kejenuhan belajar agar mereka kembali bersemangat lagi untuk mengikuti pelajaran yang berlangsung.

Peran guru BK dalam upaya mengurangi kejenuhan siswa saat belajar di MAN 3 Medan melalui *ice breakings* sudah memberikan dampak positif bagi para siswa-siswi khususnya yang mengalami masalah kejenuhan saat belajar

disekolah. Sehingga siswa-siswi tidak lagi berlarut-larut dalam kejenuhan yang dialami. Karena guru bidang studi sudah tau apa yang seharusnya dilakukan saat siswa-siswi sudah mulai merasa jenuh. Misalnya saat siswa yang berada dalam kelas untuk mengikuti materi yang disampaikan oleh guru sudah mulai terlihat bosan, guru bidang studi bisa mengalihkan kejenuhan tersebut dengan menerapkan *ice breaking* apa saja yang dianggap mampu untuk membuat siswa merasa terhibur dan bersemangat kembali untuk mengikuti materi selanjutnya.

Jadi dengan diterapkannya *ice breaking* ini kejenuhan saat belajar yang dialami siswa di MAN 3 Medan Patumbak sudah bisa berkurang. Dan semoga ide-ide kreatif guru BK dalam menerapkan *ice breaking* tersebut semakin berkembang. Kejenuhan siswa saat belajar sudah mulai berkurang dilihat dari keberhasilan guru BK dan guru bidang studi yang bekerja sama dengan baik terbukti dengan proses kegiatan belajar mengajar dalam kelas tampak sudah keceriaan siswa saat menerima materi pelajaran di dalam kelas dan sudah berkurang pula perilaku siswa yang suka keluar kelas seenaknya pergi ke kantin dikarenakan merasa jenuh dan bosan di MAN 3 Medan.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di MAN 3 Medan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya:

1. Faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar yaitu suasana pembelajaran dalam kelas yang monoton, suasana kelas yang tidak kondusif saat pelajaran berlangsung, kurang menariknya materi yang diberikan guru kelas, cara atau metode belajar yang tidak bervariasi, rasa bosan dan lelah yang timbul dikarekan harus memaksakan diri untuk mencoba mengerti materi yang disampaikan oleh guru dihari itu juga, serta tuntutan dari orang tua untuk memperoleh nilai tertinggi. Begitu juga sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes, kurang berkompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kejenuhan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru di MAN 3 MEDAN.
2. Peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar menggunakan *ice breaking* merupakan upaya yang cukup baik dan efektif. Karena setelah diterapkannya teknik *ice breaking* siswa bisa kembali ceria dan tidak jenuh ataupun merasa bosan. Dan bisa fokus untuk mengikuti pelajaran yang berlangsung didalam kelas.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka saran-saran yang peneliti ajukan adalah sebagai berikut:

1. Kepada kepala sekolah sebaiknya memberikan dukungan kepada guru BK agar layanan-layanan yang diberikan guru BK terlaksana dengan baik.
2. Kepada guru BK, diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam memaksimalkan pelayanan BK yang ada di MAN 3 Medan Patumbak agar pemanfaatan oleh siswa bisa dirasakan secara baik, serta dapat meningkatkan keterampilan dalam teknik-teknik pelayanan konseling khususnya pada kejenuhan siswa saat belajar serta dalam mengoptimalkan pelayanan bimbingan konseling di sekolah.
3. Siswa dapat lebih meningkatkan belajar dan berpikir positif terhadap mata pelajaran apapun, terhadap guru mata pelajaran, serta selalu berkonsentrasi dan tetap fokus dalam belajar serta dapat menghilangkan kecemasan belajar agar berprestasi di sekolah.
4. Kepada guru mata pelajaran hendaknya menjalin kerjasama yang baik dengan guru BK terhadap masalah-masalah yang terjadi pada siswa.
5. Perlunya dilakukan penelitian lanjutan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian terkait dengan kecemasan belajar siswa guna

memberikan masukan yang konstruktif bagi dunia pendidikan yang relevan khususnya dalam kegiatan ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhyar, Syaiful. 2015. *Konseling Islami*. Bandung: Citapustaka Media
- Al-quran dan Terjemahnya*. 2012. Bandung: PT. Sigma Examedia Arkanleema. Departemen Agama RI
- Erman,Amti dan Prayitno. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:Rineka Cipta
- Zainal, Aqib. 2015. *Konseling Kesehatan Mental*. Bandung: CV. Yrama Widya
- Djaramah, SyaifulBahri. 2016. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gunanto, Susilo Rahardjo. 2016. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: KECANA
- Hakim T. 2004. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Pusaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Hallen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching
- Hallen. 2002. *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers
- Khairani,Makmun. 2013. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Presindo
- Mardianto. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Medan: Perdana Publishing
- Moleong,J Lexy. 2005. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Novitasari,Yuni. 2016. *Bimbingan dan Konseling Belajar Akademik*. Bandung: Alfabeta
- Ramayulis dan Mulyadi. 2016. *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*. Jakarta: Kalam Mulia
- Rohani.1997. *Pegertian Media Pebelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Salim. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Banung: Citapustaka Media
- Sukardi. 2010. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Koseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta

Suryohadiprojo, Sayidiman. 2005. *Membangun Pertahanan Negara Yang Modern Dan Efektif*. Jakarta: Gramedia

Sutirna. 2013. *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal, dan Informal*. Yogyakarta: Andi

Sunarto. 2012. *Icebraker Dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media

Soenarno, Adi. 2005. *Icebraker Permainan Atraktif-Eduktif Untuk Pelatihan Menejemen*. Yogyakarta: Andi Offset

Suwandi, Basrowi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta

Syah, Muhibbin. 2005. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005. *Tentang Guru dan Dosen*. Jakarta: Sinar Grafika 2006

Prayetno dan Amti Erman. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta

LAMPIRAN I

PEDOMAN OBSERVASI

Tema : Mengamati peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking* di MAN 3 Medan

1. Banyak dijumpai faktor penyebab siswa mengalami kejenuhan saat belajar di MAN 3 Medan
2. Guru BK menerapkan teknik *ice breaking* untuk mengurangi kejenuhan siswa saat belajar di MAN 3 Medan
3. Peran guru BK dalam mengurangi kejenuhan siswa saat belajar melalui *ice breaking*

LAMPIRAN II

PEDOMAN WAWANCARA

KEPADA GURU DAN BIMBINGAN KONSELING

1. Apakah program BK di sekolah terlaksana dengan baik?
2. Apakah ada alokasi waktu yang dikhususkan dari sekolah untuk program bimbingan dan konseling di MAN 3 Medan?
3. Apakah kejenuhan belajar siswa berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa?
4. Apakah pernah dilakukan teknik *ice breaking* dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa di MAN 3 MEDAN?
5. Apakah teknik *ice breaking* yang dilakukan berhasil mengurangi kejenuhan belajar siswa?
6. Apakah ada teknik selain *ice breaking* yang lebih berhasil dilakukan dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa?
7. Apakah ada kendala ibu dalam menerapkan ice breaking di MAN 3 Medan ini?
8. Bagaimana respon dan tanggapan siswa mengenai teknik *ice breaking* yang pernah ibu laksanakan di sekolah MAN 3 Medan?

LAMPIRAN III

PEDOMAN WAWANCARA

KEPADA SISWA

1. Apakah ada pengaruh kejenuhan saat belajar terhadap prestasi belajar anda?
2. Apakah Anda pernah mengikuti teknik *ice breaking*?
3. Bagaimana yang anda rasakan setelah dilakukannya teknik *ice breaking* didalam kelas?
4. Apakah teknik *ice breaking* yang dilakukan dapat membantu mengurangi kejenuhan belajar anda?
5. Apakah anda menyukai dilakukannya teknik *ice breaking* saat sedang jenuh dalam proses belajar ?
6. Selain teknik *ice breaking* alternative apa yang bisa mengurangi kejenuhan belajar anda?

LAMPIRAN IV

PEDOMAN WAWANCARA

KEPADA KEPALA SEKOLAH

1. Apa visi dan misi di MAN 3 Medan?
2. Bagaimanakah program BK di MAN 3 Medan?
3. Apakah ada alokasi waktu yang dikhususkan dari pihak sekolah untuk program BK di MAN 3 Medan?
4. Bagaimana pandangan Ibu mengenai kejenuhan belajar yang dialami siswa terkhusus kelas XII di MAN 3 Medan?

BIODATA



A. Data diri

NamaLengkap : MAHRITA INDAH SARI

No Ktp : 1223084911960004

T.TanggalLahir : Riau, 09 November 1996

Jenis Kelamin :Perempuan

Keawarga negaraan : WNI

Status : Mahasiswa

Alamat Rumah : Dusun IV Desa Sidua-dua

RT/RW :-

Desa/Kelurahan : Sidua-dua

Kecamatan : Kualuh Selatan

Kabupaten : Labuhan Batu Utara

Alamat Domisili : Jl. Ambai, No. 98

Alamat E-Mail : mahritaindahsari09gamil. com

No. Hp : 081269900667

Anak Ke dari : 5 Dari 5 Bersaudara

B. Riwayat Pendidikan

SD : MIS Alwasliyah Desa Sidua-dua

SLTP : Mts Negeri Damuli Pekan

SLTA : SMA Negeri 1 Kualuh Selatan

No. Ijazah : -

C. Data Orang Tua

1. Ayah

Nama ayah : Rizal Tambunan

T. Tanggal Lahir : Balam, 01-01-1961

Pekerjaan : Wiraswasta

Pendidikan Terakhir : SMP

No. Hp : 081345655669

Gaji/Bulan : 1.000.000

Suku : Batak

2. Ibu

Nama : Taram Pasaribu

T. Tanggal Lahir : Desa Sidua-dua ,01-01-1965

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Pendidikan Terakhir : SMA

No. Hp : 082268099973

Gaji/Bulan : 4000.000

Suku : Batak

D. Data Perkuliahan

Jurusan :Bimbingan Konseling Islam

Stambuk :2015

Tahun keluar :-

Dosen PA : Irwan S.MA

Dosen SKK :-

Tgl Seminar Proposal : 17 Mei 2019

Tgl Uji Komprehensif : 23 Juli 2019

Tgl Sidang Munaqasah: 06 November 2019

IP	: Sem I	: 3.30
	Sem II	: 3.09
	Sem III	: 3.18
	Sem IV	: 3.56
	Sem V	:3.60
	Sem VI	: 3.44
	Sem VII	: 3.70
	KKN/PPL	: -
IPK		: 3,44

Pembimbing skripsi I : Dr. Tarmizi, M.Pd

Pembimbing skripsi II : Drs. Khairuddin, M.Ag

Judul Skripsi : Peran Guru BK Dalam Mengurangi Kejenuhan

Siswa Saat Belajar Melalui *Ice Breaking* Di MAN 3 Medan

Saya Yang Bertanda tangan

MAHRITA INDAH SARI

NIM: 33.15.4.197

DOKUMENTASI PENELITIAN

WAWANCARA DENGAN GURU BK IBU AMELIA



WAWANCARA DENGAN GURU BK IBU WIDYA ASTUTI



WAWANCARA DENGAN KEDUA GURU BK MAN 3 MEDAN



TAMPAK DALAM RUANG BK



TAMPAK LAPANGAN MAN 3 MEDAN



WAWANCARA DENGAN SISWA





